

VẬT DỤNG SƠ CỨU CÓ SẴN TRONG BẾP

Áp một lát hành tây thái mỏng ngay khi bị bỏng sẽ giúp giảm đau rát. Súc miệng với nước muối để chống lại chứng viêm họng.

Khi gặp những vấn đề sức khỏe, một vài công cụ sơ cứu rất hiệu quả ở ngay trong bếp mà bạn ít khi nghĩ đến. Tiến sĩ Manny Alvarez tại Trung tâm Y khoa Đại học Hackensack đưa ra gợi ý có thể giúp đỡ bạn hiệu quả trong lúc cấp thiết.

Những vật sơ cứu có ngay ở nhà bếp mà ít người biết:

Hành tây

Hành tây giúp giảm đau rát khi bị bỏng. (Ảnh: commons)

Hành có thể sử dụng như một loại thuốc bôi ngoài da khi bị bỏng. Áp một lát hành tây thái mỏng lên ngay khi bị bỏng sẽ giúp giảm đau rát. Cách này cũng có thể dùng trong trường hợp bị ong chích.

Trà xanh

Cải thiện lưu thông máu, tốt cho hệ tim mạch, tăng cường hệ miễn dịch hay tuổi thọ là một số lợi ích của trà xanh với sức khỏe. Trà xanh cũng được sử dụng để làm dịu đôi mắt sưng húp. Caffeine trong trà giúp làm giảm sưng hử u hiệu.

Mật ong

Mật ong sẽ giúp giải rượu hiệu quả. Nó giúp cơ thể chuyển hóa rượu nhanh hơn và giữ lại kali cho cơ thể, giúp tỉnh táo hơn khi tỉnh dậy vào sáng hôm sau.

Muối

Muối là một chất chống viêm tuyệt vời. Hãy súc miệng với nước muối để chống lại chứng viêm họng.