

12 PHƯƠNG PHÁP CHỮA CẢM LẠNH KỲ LẠ TRÊN THẾ GIỚI

Cảm cúm là căn bệnh phổ biến trong mùa đông cũng như khi giao mùa. Theo Travelandleisure, mỗi nền văn hóa trên thế giới lại có những phương pháp chữa cảm độc đáo không giống nhau.

Cảm cúm là căn bệnh phổ biến trong mùa đông cũng như khi giao mùa. Theo Travelandleisure, mỗi nền văn hóa trên thế giới lại có những phương pháp chữa cảm độc đáo không giống nhau.

Dưới đây là những cách chữa cảm lạnh ở mỗi quốc gia khác nhau:

1. Đức: Ốc sên

Ốc sên từ lâu đã được sử dụng để long đờm, làm dịu cổ họng bị đau khi cảm lạnh, đồng thời giúp tăng cường làm đẹp cho da. Ở Đức, bạn có thể mua được một loại siro ốc sên chuẩn mà không cần kê đơn.

2. Việt Nam, Trung Quốc: Đồng xu

Từ nhiều thế kỷ nay, người Trung Quốc và Việt Nam đều dùng một đồng xu để cạo gió cho những người bị cảm lạnh. Đầu tiên, bạn sử dụng một loại dầu gió có chiết xuất bạc hà hoặc dầu bạch đàn xoa nhẹ nhàng lên lưng, sau đó lấy một đồng xu hay muống cạo nhẹ vào vùng dọc cột sống hoặc xương sườn của bạn, cho đến khi da xuất hiện các vết đỏ thì thôi.

3. Iran: Củ cải nghiền

Người Iran có một phương pháp chữa cảm lạnh với củ cải nghiền. Không chỉ giàu vitamin C và canxi, củ cải còn được coi là loại củ có công dụng lọc máu hiệu quả. Một đĩa củ cải hấp hoặc nghiền được người Iran sử dụng để làm loãng và loại bỏ các chất nhầy có trong cổ họng.

4. Ấn Độ: Sữa nghệ

Một cốc sữa ấm để chữa cảm lạnh là điều bình thường, nhưng với người dân Ấn Độ, họ còn cho thêm nghệ để điều trị cho người bị sổ mũi kéo dài. Lý do bởi nghệ có chứa nhiều chất chống oxy hóa có công dụng hiệu quả như gừng, mật ong hay hạt tiêu đen. Nhiều nghiên cứu cũng đã chứng minh củ nghệ còn có khả năng giảm bớt triệu chứng khó tiêu và đau răng.

5. Châu Âu: Nước ép hành tươi

Một củ hành tây xắt nhỏ hoặc thái lát trộn với mật ong hoặc đường rồi xay ép thành nước là phương thức chữa cảm lạnh phổ biến ở châu Âu, Israel và Mỹ. Nước ép hành tây rất giàu vitamin B, C giúp tăng cường hệ thống miễn dịch, đồng thời có thể làm giảm triệu chứng ứ đọng.

6. Nhật Bản: Mật muối

Người Nhật tin rằng nếu ăn mật thường xuyên có thể ngăn ngừa và chữa trị cảm cúm bởi nó chứa nhiều axit citric và có khả năng kháng khuẩn. Mật được ăn không, hoặc ngâm trong trà nóng với chanh và gừng để làm tăng công dụng chữa bệnh.

7. Trung Quốc: Súp thần lẩn

Súp chế biến từ thần lẩn khô, khoai mỡ và cây chà là, hầm kỹ nhiều giờ là phương thức chữa cảm lạnh phổ biến ở Trung Quốc. Một cách nấu dân gian khác là nấu thịt thần lẩn với rượu gạo, món ăn này có thể làm giảm sự mệt mỏi của cơ thể khi bị lạnh.

8. Đông Âu: Gogol mogol

Món đồ uống kết hợp từ lòng đỏ trứng, sữa, vani và mật ong mang tên Gogol mogol là phương thức chỉ cảm cúm hiệu quả của một số nước Đông Âu. Tuy không có nghiên cứu khoa học đánh giá hiệu quả của Gogol mogol nhưng nhiều người cho rằng hiệu quả từ trứng và mật ong giúp làm đau họng, vì thế bệnh cúm cũng giảm bớt.

9. Thái Lan: Súp Tom Yum Goong

Nổi tiếng chua và nóng, loại súp này có gừng, rau mùi, chanh, ớt được coi là phương thuốc chữa cảm lạnh của Thái Lan vì nó chứa nhiều thực phẩm có tác dụng thông xoang, dù chỉ là tạm thời.

10. Phần Lan: Nước ép nho đen

Giàu vitamin C và chất chống oxy hóa, nước ép nho đen vừa là loại nước giải khát phổ biến vừa có công dụng chữa cảm lạnh cho người Phần Lan.

11. Hàn Quốc: Kim chi

Sự kết hợp của các loại rau muối lên men như cải thảo, củ cải, dưa chuột và bột ớt đỏ không chỉ là món ăn thông dụng trong mỗi bữa ăn của người Hàn Quốc, mà họ còn coi đây là một phương thức điều trị mỗi khi bị cảm lạnh. Nhiều năm gần đây, người ta còn tin rằng ăn nhiều kim chi có thể phòng tránh bệnh cúm lợn và SARS.

12. Đuôi bò

Ở nhiều nước, món ăn chế biến với đuôi bò thường được sử dụng để chữa trị cảm lạnh, với nhiều phương thức khác nhau. Người Thái Lan thường nấu súp đuôi bò với rất nhiều ớt cay, Indonesia nổi tiếng với đuôi bò chiên hoặc nướng, hay như ở Anh thì có đuôi bò trộn cà chua đóng sẵn.