



درمان عطسه بهاره با گیاهان دارویی

برای کاهش عطسه‌های ناشی از آلرژی و حساسیت فصلی استفاده از روغن بنفشه در پایه بادام شیرین توصیه می‌شود.

روزی دوبار، یک قطره از روغن بنفشه را درون حفره‌های بینی خود بچکانید. علاوه بر این با استفاده از همین روغن، پیشانی خود را نیز ماساژ دهید. این کار موجب می‌شود از شدت عطسه‌ها کم شده و در مواردی نیز به طور کامل برطرف شود.

در کنار استفاده از روغن بنفشه، پرهیز غذایی یکی از راهکارهای برطرف کردن عطسه‌های فصلی است. از خوردن انواع ادویه، غذاهای سرخ‌کردنی، شکلات و قهوه در فصل بهار پرهیز کنید و مصرف آن‌ها را به حداقل برسانید.