*Имбирь детям*

# Главным свойством этого растения, как имбирь является его противовоспалительное свойство. В связи с этим имбирь очень часто применяется в виде чая или отвара при гриппе, бронхиальной астме, воспалении легких, а также при других заболеваниях легких.

Чай из имбиря с лимоном и медом является одним из популярных способов понижения температуры тела, для успокоения кашля. Этот напиток поможет избавиться и от других сильных симптомов простуды.

*Чем имбирь полезен для детей*

Мягкое воздействие данного лечебного средства является ключевым фактором, на основании которого можно спокойно давать имбирь детям, которые страдают простудными заболеваниями. Помимо этого, корень имбиря для детей полезен еще и тем, что он содержит в себе натуральные эфирные масла, витамины, минералы, питательные вещества, антиоксиданты и другие, полезные и незаменимые компоненты которые помогут избавиться от многих заболеваний и укрепить иммунитет. Имбирь детям поможет и в том, что его пары в кипящем состоянии можно использовать для инголяции.

Кроме того, корень имбиря и имбирный чай, обладают свойствами, которые способны устранить симптомы тошноты, рвоты, головной боли, спазмы и т.д. Даже мышечные боли под силу устранить при помощи имбиря.

Для детей нужно использовать именно свежий корень растения, а не его порошок.

Максимальный эффект принесет имбирь , в виде имбирного чая, который делается за счет нескольких кусочков свежего очищенного имбиря, в процессе кипячения которого можно добавить мед и сок лимона.

Таким образом, если вы раздумываете о том, стоит ли давать имбирь детям, то можете не сомневаться***\_ растение действительно полезно!***