Tosse grassa o secca? Prova con i rimedi naturali. Funzionano davvero!

Autore: francesca

Data: 05 Febbraio 2010

span.c1 {line-height: normal; margin-top: 10px; color: #6f472d;}

contro la tosse, la raucedine, gli abbassamenti di voce ed il mal di gola, o almeno contro le loro forme più lievi. Ecco allora una carrellata dei principali rimedi naturali contro i più comuni mali di stagione.

- Fra i rimedi naturali per la tosse ed il mal di gola quello sicuramente più noto è il **miele**. Il miele migliore per le affezioni delle vie respiratorie è quello di eucalipto: grazie alle sue proprietà antisettiche ed espettoranti è utilissimo anche contro la tosse grassa. Se sciogliete il miele in una tazza di latte caldo avrete una bevanda gustosa, nutriente ed utilissima come rimedio naturale contro la tosse.
- Per la tosse ed il catarro un ottima soluzione che viene dalla natura è il **timo**: il suo olio essenziale, noto come timolo, è antisettico e mucolitico ed è quindi un altro ottimo rimedio per

la tosse grassa. Può essere consumato sotto forma di tisane, olio o capsule ed è utile anche come rimedio della fitoterapia contro il raffreddore.

- Se cercate dei rimedi contro la tosse secca e la raucedine potete provare gli estratti di **radice di primula**. Si consumano come infusi o come tintura madre e donano un sollievo immediato contro gli attacchi di tosse. Oltre alle loro proprietà antinfiammatorie, utili in caso di influenza, hanno anche un azione drenante e depurativa sull'intero organismo.
- Contro la tosse secca e la tosse stizzosa un ottimo calmante si può ottenere anche aggiungendo a pochissima acqua bollente un cucchiaino di miele ed un cucchiaino di **succo di limone**. Bevete in un sorso e sentirete subito i benefici.
- I **chiodi di garofano** hanno invece un potere anestetico e possono aiutarci a combattere il mal di gola in modo naturale. Provate a preparare uno sciroppo casalingo con miele e chiodi di garofano oppure bevete un tè al garofano cercando di inalarne anche i vapori.
- Come ultimo rimedio naturale contro il mal di gola provate l'**erisimo**, la cura perfetta per chi si sente la gola secca e magari ha anche perso la voce. Questa pianta agisce anche come rimedio per la tosse grassa, soprattutto quella dei fumatori, grazie alle sue proprietà emollienti. Da provare

---

Riferimento articolo: https://www.donnaclick.it/salute-donna/tosse-grassa-o-secca-prova-con-i-rimedi-naturali-funzionano-davvero/

Generato il 09/11/2026