**Jaki miód na kaszel wybrać?**

**Aby pozbyć się odruchu kaszlu bardzo często sięgamy po farmaceutyki z apteki. Można jednak zwalczać ten problem za pomocą innych metod. Warto pamiętać, że miód jest dobry na kasze. Jaki więc wybrać?**

**Jaki miód na kaszel wybrać? Czym się kierować**

Warto pamiętać, że występują różne typu kaszlu jak suchy i mokry. Właśnie dlatego sięgamy po miody, bowiem posiadają wiele prozdrowotnych składników, które pomogą nam w kuracji. Mają one bardzo zbliżone pozytywne czynniki jak farmaceutyki z apteki. [Jaki miód na kaszel wybrać?](https://miodywowka.pl/blog/post/jaki-miod-na-kaszel.html)

Do zwalczania kaszlu suchego świetnie sprawdzi się miód gryczany, bowiem posiada on w swoim składzie rutynę i cynk, czyli ważne składniki, dzięki którym zbudujemy odporność. Oprócz walki z kaszlem świetnie wspomoże działanie naszego serca.

*Jaki miód na kaszel mokry wybrać?* Najlepiej sprawdzi się tutaj miód spiżowy ze spadzi liściastej, często tez nazywany miodem królewskim. Zawiera wiele składników które pomogą nam przeciwstawić się uroczemu kaszlu. Mowa tu oczywiście o potasie, sodzie i wapniu, a także witamin z grupy B.

**Przepisy z miodem na kaszel**

**Jaki miód na kaszel** w formie syropu sprawdzi się najlepiej? Warto w swojej spiżarni posiadać miód gryczany, bowiem z nim jest wiele przepisów. Można je łączyć z naparami, czy roślinami, aby poprawić działanie i poczuć się lepiej. Na naszej stronie internetowej znajdą Państwo wszystkie przepisy i typy miodów, które w tym przypadku sprawdzą się najlepiej.

