

УДК 616-053.2
ББК 57.33
Х88

Х88 Храбров Д. Н.

Как самостоятельно за месяц вылечить аденоиды ребенка. –
М.: КТК «Галактика», 2023. – 68 с. ил.

ISBN 978-5-6048979-9-7

Автор книги, лор-врач с многолетним стажем, рассказывает, что нужно для того, чтобы укрепить здоровье ребенка, у которого наблюдаются проблемы с аденоидами, и по возможности обойтись без операции.

В книге приводятся общие принципы успеха, а также психологические рекомендации для родителей, поскольку их состояние во многом определяет успешность лечения. Среди многочисленных техник оздоровления можно выбрать именно те, которые больше всего подходят читателям книги и их детям. Главное – регулярность занятий и позитивный настрой.

Все права защищены. Любая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-6048979-9-7

© Храбров Д. Н., 2023

© Оформление, издание, КТК «Галактика», 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

Об авторе	4
Глава 1. Принципы успеха	5
Глава 2. Что такое аденоиды? Суть проблемы.....	8
Глава 3. Мотивация	10
Глава 4. Причина	12
Глава 5. Важность увлажнения слизистых оболочек для успешного лечения.....	18
Глава 6. Устранение причин.....	20
Глава 7. Возможности применения противовоспалительных препаратов для лечения аденоидов.....	24
Глава 8. Создание оптимальных домашних условий для восстановления иммунитета и аденоидов	27
Глава 9. Масло туи.....	29
Глава 10. Утренняя гимнастика как активатор работы иммунной системы	31
Глава 11. Эффективные методы физиотерапии для лечения аденоидов.....	33
Глава 12. Галотерапия для лечения аденоидов	35
Глава 13. Принципы закаливания.....	36
Глава 14. Закаливание горла для лечения аденоидов.....	38
Глава 15. Общее закаливание	41
Глава 16. Дыхательная гимнастика для лечения аденоидов	44
Глава 17. Массаж рефлексогенных точек для лечения аденоидов и улучшения работы иммунной системы	46
Глава 18. Спортивные секции для лечения аденоидов и укрепления иммунитета.....	50
Глава 19. Как устранить негативное влияние мамы на здоровье ребенка?	52
Глава 20. Как маме вернуть энергию и бонусом оздоровить своего ребенка?	56
Глава 21. Инструменты для снижения тревожности и страхов по поводу болезни ребенка	60
Глава 22. Ежедневные мини-действия для поддержания здоровья ребенка.....	64
Итоги.....	66