

Что такое нос?

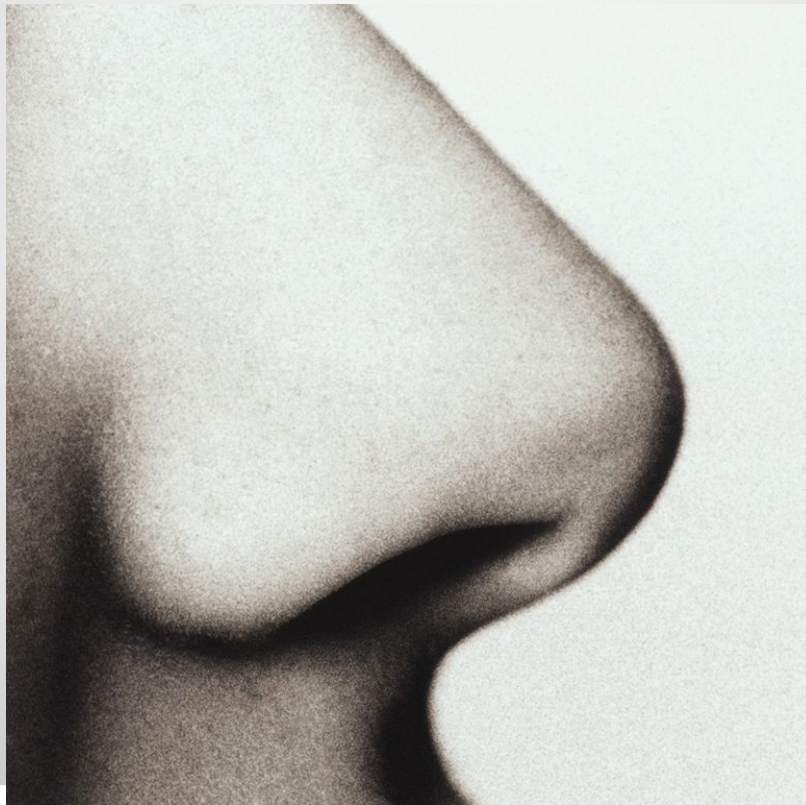


- Как ответить на вопрос:
-Для чего нам нужен **нос**?
Ходят с носом старички,
что б не падали очки.
Мне что б пальчики совать
и козявки доставать;
Что б, поспорив, кто сильней,
стукнуть носом побольней.
А ещё нужны носы,
что б цеплять за них усы,
(это если нос дорос)
деду- чтоб ворчать под нос.
Мне- соплывать рукава,
если стужа здорова;
Разве с горочки зимой
вам захочется домой?
А когда уставший сплю,
носом я всегда соплю;
Спи, мой носик, отдыхай,
будь здоров и не чихай.

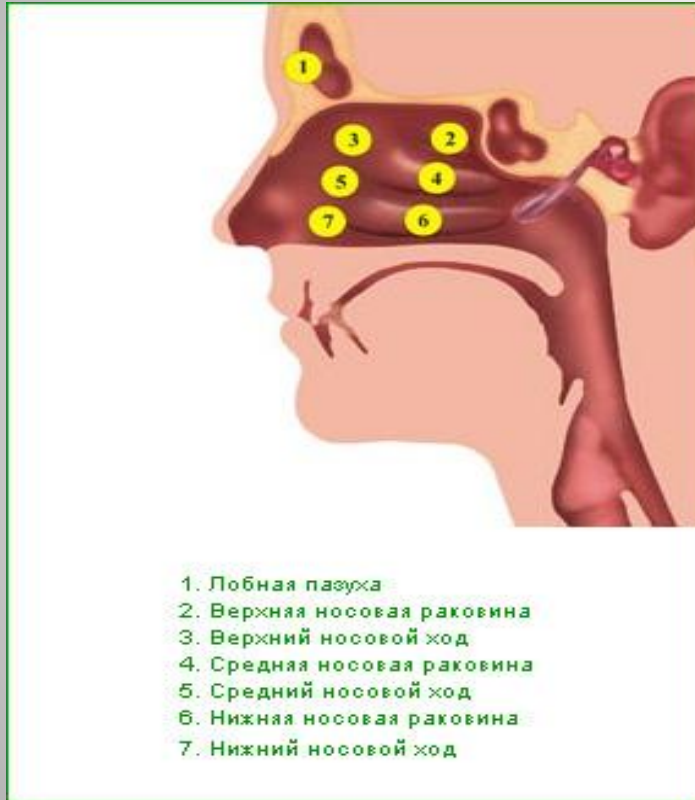
- Нос человека – это орган дыхания и обоняния.

При нормальном дыхании человек дышит через нос. Ртом он начинает дышать только в том случае, если дыхание через нос затруднено, например при насморке.

Строение носа сложно. Его костный остов образуется из 14 костей.



Внутреннее строение



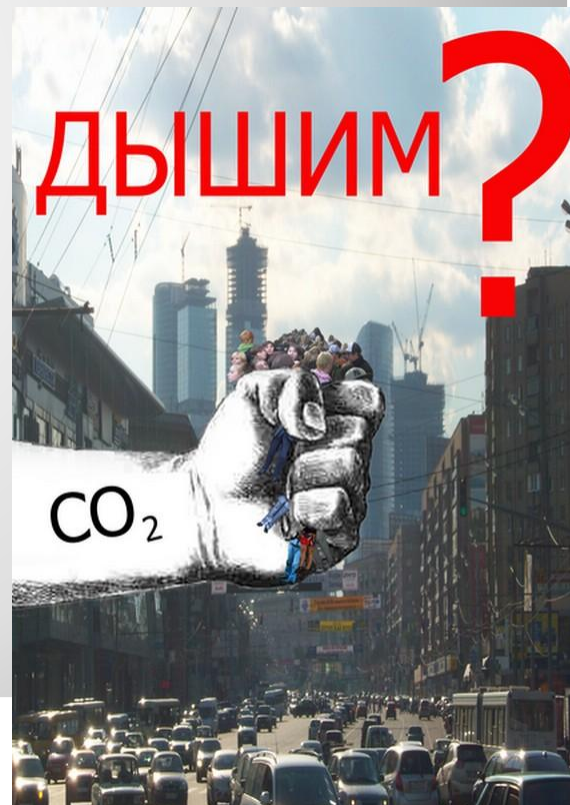
1. Лобная пазуха
2. Верхняя носовая раковина
3. Верхний носовой ход
4. Средняя носовая раковина
5. Средний носовой ход
6. Нижняя носовая раковина
7. Нижний носовой ход

Внутренняя поверхность носа покрыта слизистой оболочкой, всегда влажной, теплой и богато снабженной кровеносными сосудами. Ноздри изнутри, начиная почти от их края, покрыты волосками. Они задерживают крупные частицы пыли и других веществ, попадающих в нос при вдохе.

Профилактика заболеваний

В современных условиях здоровье слизистой носа человека постоянно находится под угрозой. Выхлопные газы, отходы промышленных предприятий, вредные производственные вещества нарушают выработку защитных веществ и снижают иммунитет. Как следствие аллергии, частые простуды, осложнения.

Поскольку на нос человека возложена задача защищать дыхательные пути от переохлаждения, запыления и инфицирования, регулярная гигиена полости носа должна стать таким же обыденным занятием, как чистка зубов. Средства для очищения носовых ходов от пыли и других вредных веществ люди искали с древнейших времен, уже тогда понимая важность легкого дыхания для здоровья всего организма..



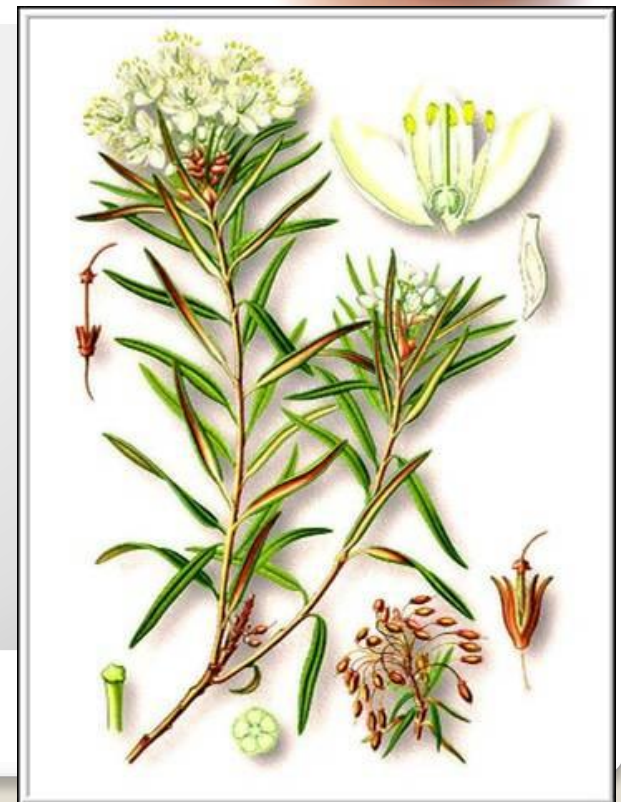


Сегодня благодаря промыванию носа мы можем избежать таких заболеваний, как грипп, ОРВИ, гайморит.

Кроме того, свободное перемещение воздуха через очищенную полость носа тонизирует и успокаивает нервную систему, способствует концентрации внимания, а в жаркое время года и при повышенной температуре в помещении промывание позволяет увлажнить слизистую носа.

Лечение насморка народными средствами

- Народной медицине известно немало замечательных средств лечения насморка и простуды. Конечно, такие народные средства лечения насморка, применимы только для лечения несложных форм ринита, который возник на фоне переохлаждения или обычной простуды. При более тяжелой форме болезни с сильной температурой и ухудшением общего состояния, средства народной медицины нужно комбинировать с современными методами лечения [насморка](#) (ринита).
- **Лечение насморка масляным настоем лука или багульника**
Известные противомикробные свойства лука нашли замечательное применение в лечении насморка. Для приготовления масляного настоя лука очищенную, измельченную луковицу средних размеров заливают несколькими ложками рафинированного подсолнечного масла. Смеси дают настояться несколько часов. Однажды приготовленная, смесь может быть использована на протяжении нескольких дней, целебные свойства ее при этом только повышаются. Полученным масляным настоем лука нужно закапывать носовые ходы (по несколько капель 2-3 раза в день) – это поможет предотвратить размножение болезнетворных микробов и высыхание слизи в носу.
От насморка хорошо помогает и такое народное средство, как масляный настой багульника. Недостатком настоя является то, что его нужно готовить в течение 21 дня, тогда как насморк и простуда наступают внезапно. Предусмотрительные хозяева, однако, могут заготовить этот настой заранее. Настой держать в темном помещении и ежедневно встряхивать в течение 21 дня. Курс лечения насморка настоем багульника продолжать не более 7 дней.



Спасибо за
внимание!!