



**Насморк во время беременности** — это обычное дело. Это не от того, что иммунитет будущей мамочки сейчас совсем слабый и подхватить любой вирус можно достаточно просто. Существуют некоторые факторы, которые вызывают заложенность носа у беременной. Независимо от причины, насморк будет доставлять дискомфорт как будущей мамочке, так и малышу, соответственно, требует облегчения его состояния.

Капли при беременности, которые обладают сосудосужающим эффектом.

Галазолин или нафтизин можно использовать исключительно на пике насморка, нужно строго соблюдать дозировку (по капельке за раз в каждый носовой проход) и периодичность. Необходимо внимательно прочитать инструкцию или посоветоваться с врачом!

Лучше вообще такими каплями беременной не пользоваться.

1. Такие капли при долгом использовании проникают в кровь и пищевод и могут нарушать кровоток у малыша.

2. Они могут сформировать зависимость от препарата и только усугубить ситуацию.

Существует немало народных способов облегчения дыхания. Ведь если мамочке тяжело дышать, малышу достается мало кислорода, а это может вызвать очень серьезные последствия.

1. Можно промывать нос слабым раствором соли или купить в аптеке средства с морской солью (Акваларис, Салин или Квикс).

2. Во время сна необходимо подкладывать под голову дополнительную подушку, так дышать станет легче.

3. Можно делать массаж указательным пальцем и наносить бальзам «Звездочка» на переносицу и основания ноздрей.

4. Многие доктора рекомендуют закапывать нос свежесожатым соком из моркови или яблок.

5. Отлично помогают ингаляции из настоя трав: зверобой, мяты, коры дуба, тысячелистника, шалфея.

Из всех лекарственных средств во время беременности можно использовать во время насморка Пиносол, он на масляной основе, не сушит слизистую и помогает устранить насморк.

## Беременность и насморк

Автор: Анна Конохова  
24.05.2012 11:53

---

Беременным женщинам, которые страдают от насморка, рекомендуется съесть несколько ложек в сутки протертого яблочка с хреном, ноздри смазывать дольками чеснока, что хорошо поможет облегчить заложенность носа. Можно принимать аскорбиновую кислоту один раз в день для иммунитета.

Спора нет, насморк при беременности необходимо лечить. Тяжело дышать становится не только мамочке, но и малышу. Но независимо от того, что послужило причиной заложенного носа, нужно выбирать наиболее безопасные способы борьбы с насморком. Покупая в аптеке капли от насморка, необходимо подумать дважды об их безопасности для малыша.