



## Το Μητρικό Γάλα Κάνει Καλό σε Όλους

**Μολύνσεις των ματιών:** ρίξτε λίγο γάλα στο ανοιχτό ή κλειστό μάτι. Τέσσερις φορές ή περισσότερο τη μέρα.

**Πληγωμένες/σκασμένες Θηλές:** αλείψτε στις θηλές και αφήστε τις να στεγνώσουν

**Σύγκαμα από τις πάνες:** ρίξτε λίγο γάλα και αφήστε τις να στεγνώσουν

**Κάψιμο:** ρίχνετε στο καμένο δέρμα όσο πιο συχνά γίνεται

**Γρατσουνιές:** ρίξτε λίγο γάλα, αφήστε τις να στεγνώσουν, και βάλτε επίδεσμο όπως συνήθως

**Τσιμπήματα κουνουπιών:** ρίξτε λίγο γάλα και τρίψτε το στο τσίμπημα. Σταματάει τη φαγούρα

**Ωτίτιδες:** ρίξτε λίγο γάλα στο πονεμένο αυτί. Μετά μπορείτε να βάλετε ζεστό (όχι καυτό) λάδι και σκόρδο

**Ακμή:** πλύνετε το πρόσωπο με νερό, μετά βάλτε γάλα σε βαμβάκι και αλείψτε το πρόσωπο

**Ερεθισμένος λαιμός:** ρίξτε το κατευθείαν στο λαιμό ή δώστε το να το πιούμε από αποστειρωμένο πλαστικό κουπάκι

**Βουλωμένη μύτη:** ρίξτε το στη μύτη και φυσήξτε το όπως θα κάνατε και με τον φυσιολογικό ορό.

**Τερηδόνα:** επιστήμονες προσπάθησαν να καλλιεργήσουν μικρόβια στο μητρικό γάλα και δεν τα κατάφεραν

**Καρκίνος το μαστού:** η απλή και φυσική πράξη του θηλασμού μπορεί αν ωφελήσει τη μαμά όπως και το μωρό, παρέχοντας προστασία απέναντι στον καρκίνο του μαστού, τον καρκίνο των ωοθηκών, την οστεοπόρωση και την παχυσαρκία.

Από το: [www.CompleatMother.com](http://www.CompleatMother.com), πηγή: Κατερίνα Μιχαηλίδου, μετάφραση: Μυρτώ Χρονάκη