

Консультация для родителей «Полезность кислородного коктейля»

Что такое кислородный коктейль?

Кислородный коктейль – это воздушная пена из сока, фитораствора или любого другого напитка, которая насыщена чистым кислородом. Употребление кислородных коктейлей – это быстрый и простой способ обеспечения организма кислородной поддержкой.



Оздоровление организма с помощью кислорода: исторические факты

О лечении и оздоровлении организма при помощи кислорода было известно с 1960 года. Именно тогда физиолог предложил попробовать оксигенотерапию. Суть ее заключалась в том, что через носоглотку при помощи катетера вводились специальные трубки, к которым был прикреплен баллон с озоном. Таким образом, кислородная пена закачивалась в желудок человека и хорошо усваивалась организмом. Благодаря этой методике происходило:

- укрепление иммунитета;
- улучшение общего состояния больного;
- насыщение крови кислородом.

Конечно, для детей такой метод был неприемлемым. Поэтому со временем разработали специальный кислородный коктейль для ребенка. Малыши с удовольствием выпивали приготовленный напиток, который обладал приятным вкусом.

Состав

Главный компонент – кислород. Он подается с помощью специального баллона.

Для того чтобы получилась густая пена, можно использовать натуральный ингредиент – яичный белок. Он хорошо взбивается. Но если у ребенка наблюдается аллергия на этот пищевой продукт, стоит заменить его сиропом корня солодки или специальным спумом, который изготовлен на основе шиповника и продается порционно.

За основу стоит взять любой сок (грушевый, яблочный, виноградный). Желательно, чтобы в нем не было мякоти, иначе полноценный напиток не получится, пена плохо взобьется.

Полезьа кислородных коктейлей:

1. Укрепление иммунитета.
2. Нормализации артериального давления.
3. Улучшение работы внутренних органов.

Ведущие специалисты уверяют, что польза кислородного коктейля для детей неоспорима. Главное – правильно их принимать. Напиток необходимо не спеша есть ложкой, наслаждаясь его вкусом и приятными пузырьками, которые «взрываются» во рту.

Еще один важный нюанс – употребление коктейля на голодный желудок строго запрещено. Лучшие его принимать через час после еды.

Есть категории детей, которым врачи рекомендуют кислородный коктейль в обязательном порядке. Среди них можно выделить следующие случаи.

- Дети, которые занимаются спортом. Такой напиток поможет восстановиться после тяжелых тренировок, улучшит кровоток.
- Первоклашки. Дело в том, что первый год в школе считается самым трудным. Большие нагрузки, масса новой информации изматывают детей. Кислородный коктейль поможет улучшить память, справиться с усталостью.
- Дети, которые болеют более 5-6 раз в год. Напиток укрепит иммунитет.
- Ребята, у которых наблюдается ожирение, такой коктейль необходим. Он улучшает процесс обмена веществ, способствует быстрому расщеплению жиров.

Почему стоит давать напиток в детском саду?

Специалисты едины в своем решении: в группах, где малыши получали подобный напиток, резко уменьшались случаи заражения респираторными и другими заболеваниями. Что может свидетельствовать об укреплении иммунитета.