

كما قد تساعد المشروبات الدافئة على التقليل من السعال؛ والاكْتفاء بالمشروبات الدافئة؛ وهناك العديد من الخطوات التي يُمكن اتّباعها للتخفيف من ألم التهاب الحلق، [٢][٣] ومن الخيارات الأخرى التي يُمكن أخذها بعين الاعتبار نذكر ما يأتي: مشروب الليمون الدافئ: يُعدّ مشروب الليمون الدافئ من المشروبات الشعبية التي تُستخدم على نطاقٍ واسعٍ، إلّا أنّه وعلى الرغم من شعبيته فإنّه لا توجد أدلّة مؤكّدة على أنّ شاي الليمون يساهم في التخفيف من التهاب الحلق، [٢][٤] وتعود شعبية استخدام شراب الليمون إلى محتواه العالي من فيتامين ج، وليس الساخن على الشعور بالراحة من التهاب الحلق؛