



Ceai de menta 50 gr DACIA PLANT

Menta face parte din familia Lamiaceae, fiind o planta erbacee, perena, cu frunze oval-lanceolate si flori violacee dispuse intr-o inflorescenta spiciforma, conica. Denumirea stiintifica a plantei Mentha provine de la "Mintha", numele unei nimfe din mitologia greaca si romana, care a fost metamorfozata intr-o planta, ce ii poarta numele. Desi menta este o planta utilizata inca din antichitate, ea a fost introdusa pentru prima data in literatura medicala de-abia in secolul al XVII-lea. Datorita uleiului volatil, principalul sau component, menta reprezinta una din plantele cele mai folosite in fitoterapia de pe toate meridianele. Se mai numeste izma buna, ghiazma, iasma, minta neagra, ninta rece

etc.

Mod de administrare

Intern:

- pulbere - planta se macina fin cu o rasnita electrica. Se ia o lingurita rasa de 4 ori pe zi, pe stomacul gol. Pulberea se tine sub limba timp de 10-15 minute, dupa care se inghite cu apa.
- macerat la rece - se prepara din 2 lingurite cu planta adaugate la 250ml de apa, se mentine timp de 6-8 ore la temperatura camerei, apoi se strecoara si se bea pe stomacul gol. Se administreaza 3 cani cu macerat pe zi, cu 30 minute inainte de mese.
- infuzie - se prepara din 2 lingurite cu planta adaugate la 250ml de apa clocotita, se mentine timp de 15 minute la temperatura camerei, apoi se strecoara si se bea pe stomacul gol. Se administreaza 3 cani cu infuzie pe zi, cu 30 minute inainte de mese.

Extern:

- pentru eliminarea mancarimilor care apar la nivelul pielii se administreaza sub forma de badijonaj cu macerat sau infuzia de planta;
- pentru mentinerea sanatatii cavitatii bucale se clateste gura sau se face gargara cu macerat sau infuzie de planta.

Ingrediente

Menta (Mentha piperita) - parti aeriene.

Contribuie la

Intern:

- normalizarea tranzitului intestinal accelerat;
- reducerea starii de balonare si a spasmelor, care apar la nivelul tractului digestiv;
- mentinerea in limitele normale a florei bacteriene din intestin;
- eliminarea mirosului neplacut al gurii;
- imbunatatirea digestiei;
- cresterea poftei de mancare;
- mentinerea sanatatii aparatului respirator, prin decongestionarea cailor respiratorii;
- reducerea starilor de greata si a raului de miscare;
- combaterea agitatiei mentale;

- sustinerea capacitatii de memorare si concentrare (la administrarea sublinguala).

Extern:

- eliminarea mancarimilor care apar la nivelul pielii;

- mentinerea sanatatii cavitatii bucale.

Contraindicatii

Alergie la menta.