



Ceai din frunze de rozmarin 50 gr ADNATURA

Compozitie

Frunzele plantei de rozmarin - Rosmarinus Officinalis L.

Principii active

Ulei volatil in care predomina camfenul, borneolul si camforul, acid rozmarinic, flavone, triterpene, saponine, tanin, vitamina C.

Actiune

Tonic-amar, coleretic, colagog, antiseptic, diuretic, antireumatismal, adaptogen, tonic nervos, carminativ (reduce gazele intestinale), stimulent puternic al circulatiei sanguine, cicatrizant, aromatic.

Recomandari

Intern: colici abdominale, dispepsii, balonari si afectiuni gastro-intestinale, indigestie, anorexie, afectiuni hepatice si renale, reumatism, astenie, surmenaj fizic si intelectual, tonifierea organismului.

Extern: reumatism, entorse, umflaturi articulare, reconfortarea organismului.

Mod de administrare

Intern: infuzie-pesto o lingurita cu planta se toarna 250 ml apa clocotita. Vasul se acopera si se lasa in repaos 10-15 minute, dupa care se strecoara. Se beau 2-3 cani cu ceai pe zi, inainte de mesele principale.

Extern: se prepara decoct din o lingura cu planta la 250 ml apa. Se fierbe 2-3 minute. Vasul se acopera si se lasa in repaos 10-15 minute, dupa care se strecoara. Se pun comprese cu decoct peste zonele afectate.

Contraindicatii

Nu se recomanda femeilor insarcinate. Intern, in cantitati mari (peste 15 grame pe zi) rozmarinul este toxic, producand gastroenterite si nefrite.

Acest produs este un supliment alimentar.

Suplimentele alimentare nu inlocuiesc o dieta variata si echilibrata.

A nu se lasa la indemana si la vederea copiilor mici.

A nu se depasi doza zilnica recomandata.