

## Gesundheitstipp

# Tee – Gesundheitselixier mit Tradition



### Übersicht einiger bewährter Heilkräuter geordnet nach Einsatzgebiet:

**Reizhusten:** wilde Malve, Eibisch, Königskerze, Spitzwegerich

**Bronchialhusten:** Thymian, Süssholz, Schlüsselblume, Lungenkraut

**Fieber:** Lindenblüten, Holunder

**Blasenentzündung:** Bärentraubenblätter, Goldrute, Schachtelhalm,

**Schlafstörung:** Melisse, Passionsblume, Orangenblüten, Lavendel, Hopfen,

**Stoffwechsel aktivierend:** Löwenzahn, Brennnesselkraut, Fenchelsamen, Ringelblume

**Blähungen:** Fenchel, Anis, Kümmel

**Übelkeit und Erbrechen:** Kamille, Ingwer

Um den Genesungsprozess gezielt zu unterstützen eignet sich eine Mischung mehrerer Teekräuter besonders gut.

Die Zubereitungsart variiert je nach verwendetem Kraut.

Gerne beraten wir Sie in der Homöosana Drogerie.