

Frauensache Kräuterpresslinge



Ausgewählte Frauenkräuter können bei menstruellen, frauenspezifischen Beschwerden Unterstützung leisten!

Melisse

- unterstützt bei Nervosität
- stärkt bei Abgeschlagenheit
- beruhigt bei Reizüberflutung
- seelisch harmonisierend
- Paracelsus nannte sie ein Lebenselixier mit hohem Wiederbelebungswert



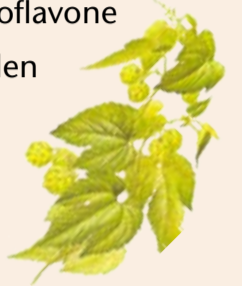
Hirtentäschel

- die Blätter sind reich an Vitamin C (passend zu Wildsalat)
- zusammenziehend
- altes Hausmittel zur Unterstützung der Monatsblutung



Hopfen

- enthält Bitterstoffe und Isoflavone
- unterstützt bei hormonellen Schwankungen
- stimulierend
- reinigend



Schafgarbe

- unterstützt bei frauenspezifischen Beschwerden
- lösende Eigenschaften
- menstruationsregulierend
- früher galt das Sprichwort: „Schafgarb im Leib, tut gut jedem Weib!“



Lavendel

- unterstützt bei Einschlafstörungen
- kräftigt bei nervöser Anspannung
- beruhigt
- entspannt ohne müde zu machen
- besitzt seelisch ausgleichende Eigenschaften
- Lavendel galt als Pflanze der romantischen Liebe



Rotklee

- enthält Isoflavone
- unterstützt bei hormonellen Schwankungen
- lösend
- stimulierend
- reinigend



Frauenmantel

- alte traditionelle Frauenpflanze, welche früher bei allen frauenspezifischen Beschwerden Verwendung fand
- enthält Gerbstoffe
- besonders kräftig galt die an den Mariätag gesammelte Pflanze (Mariä Lichtmeß, Mariä Verkündigung, Mariä Berggang, Mariä Himmelfahrt)



Rosenwurz

- unterstützt bei Müdigkeit
- stärkt bei Schwächezuständen
- harmonisiert bei Stress
- in Russland und Skandinavien seit dem Altertum bekannt
- die Wikinger sagten der Wurzel z.B. „Fruchtbarkeitskräfte“ nach



Krauseminze

- erfrischend
- belebend
- energiestandend
- stärkend
- entspannend
- traditionell wurde Krauseminze zur Belebung von Geist und Körper eingesetzt



Yamswurzel

- die Azteken nannten sie aufgrund ihrer Eigenschaften auch „Wohlfühlwurzel“
- enthält einen hohen Anteil an Diosgenin (Saponine)
- Diosgenin kann als natürlicher Vorläufer des Progesterons bezeichnet werden
- Progesteron wird auch als die „Mutter“ vieler Geschlechtshormone bezeichnet



Grüner Hafer

- spezieller, bioaktiver Haferextrakt, der kurz vor der Vollblüte geerntet wird
- im Volkstümlichen wird Grüner Hafer bei Erschöpfungszuständen eingesetzt
- Grüner Hafer gilt als Aufbau- und Kräftigungsmittel
- Zubereitung aus Grünem Haferkraut werden schon seit Hildegard von Bingen zur Unterstützung der Nervenfunktion verwendet



Liebstockel

- stärkt den Unterleib
- traditionell bei menstruellen Beschwerden
- machte Mädchen zu begehrten Frauen
- aus den Wurzeln machte man traditionell Liebesgetränke



Calcium & Magnesium

- unterstützen die Nerven- und Muskelfunktionen
- können bei menstruellen Beschwerden unterstützen
- Calcium ist an hormonellen Stoffwechselfunktionen beteiligt

Granatapfel

- die Früchte enthalten reichlich Polyphenole
- derartige Inhaltsstoffe besitzen antioxidative und wohltuende Eigenschaften (Zellschutz)
- besitzt hormonregulierende Eigenschaften
- für eine schöne Haut
- gilt als Symbol für ewige Jugend und Fruchtbarkeit



Vitamin E

- dient zum Schutz mehrfach ungesättigter Fettsäuren wie gamma-Linolensäure
- aufgrund der antioxidativen Funktionen besitzt Vitamin E auch stoffwechselregulatorische Eigenschaften