

АДАПТОГЕННЫЙ СБОР ПРИ УПАДКЕ СИЛ



→ Это материал вебинара «Фитотерапия: как лекарственные растения помогают сохранить здоровье»

Адаптогенный сбор из аптечных настоек при астении, гипотонии, упадке сил

Все настойки продаются в аптеках, можно заказать через Интернет или приготовить самостоятельно, настояв травы на спирту.

Потребуется:

- Настойка женьшеня — 2 флакона*
- Настойка лимонника — 1 флакон
- Настойка элеутерококка — 2 флакона
- Экстракт родиолы — 2 флакона
- Настойка заманихи — 1 флакон
- Настойка аралии — 1 флакон

* Объем флаконов может быть любым (в аптеках есть бутылки и по 25 мл, и по 100), важно соблюсти пропорции.

Как готовить: слить все настойки в одну емкость, бутылку обязательно (!) должна быть из темного стекла. Держать в темном месте при комнатной температуре. Перед каждым употреблением хорошо взбалтывать.

Как принимать: начать принимать с 1 чайной ложки утром и днем, плавно увеличивая до 2 чайных ложек. При необходимости запивать водой. Главное — принимать в первой половине дня!

Противопоказания: болезни сердца, гипертония, беременность, повышенная возбудимость, аутоиммунные заболевания.

К этой терапии хорошо добавить: маточное молочко 500 мг, пчелиную пергу — по ½ чайной ложке и мумие — по 1 грамму в день, разнесенных на несколько приемов. Принимать маточное молочко, пергу и мумие за полчаса до еды.

ВЕБИНАР «ФИТОТЕРАПИЯ: КАК ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ ПОМОГАЮТ СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ»

Получите доступ ко всем остальным материалам и запись:

ПЕРЕЙТИ



СТАТЬИ ПО ТЕМЕ



КОБАЛАМИН (ВИТАМИН B12)



КАК СОХРАНИТЬ КРАСОТУ ВОЛОС,
ЕСЛИ НОСИШЬ ШАПКУ



ПОЧЕМУ НЕ СТОИТ ПИТЬ
ФРУКТОВЫЕ СОКИ

ВЕРНУТЬСЯ В КАТАЛОГ