

Rezept mit Frauenmantel, Schafgarbe und Hirtentäschel

Blutstillender Tee/Tinktur bei verstärkter Menstruation

- Schafgarbe (Millefolii herba)
- Hirtentäschel (Bursae pastoris herba)
- Frauenmantel (Alchemillae herba)

Zu gleichen Teilen mischen.

Trinken Sie während der Menstruation, wenn Sie merken, dass die Blutung heftiger wird, 4 – 5 Tassen täglich oder Sie lassen in einer Drogerie oder Apotheke in derselben Zusammenstellung eine Tinktur zusammenstellen, von der Sie täglich mehrmals 10 – 20 Tropfen einnehmen.

1 TL Teemischung auf 1,5 – 2 dl heissem Wasser, 5 – 10 Min. zugedeckt ziehen lassen.

(Rezept siehe Buch: „Frauenheilpflanzen“, Heide Fischer, 3. Auflage)



naturheilpraxis
anwendungsorientierte Heilpraktiker