



Ceai pentru colon sanatos d64 50 gr FARES

Contribuie la eliminarea disconfortului intestinal.

Ingrediente: flori de musetel (*Matricariae flos*) 15%, flori de tei (*Tiliae flos*), maghiran (*Majoranae herba*), serlai (*Salviae sclareae herba*), menta (*Menthae herba*) 10%, flori de lavanda (*Lavandulae flos*), fructe de cardamom (*Cardamomi fructus*), sunatoare (*Hyperici herba*) 5%, radacina de valeriana (*Valerianae radix*).

Efect

Plantele din compozitia acestui ceai au atat proprietati calmante, sedative, cat si stomahice (stimuleaza secretia sucurilor gastro-intestinale), antidiareice, antispastice si carminative (ajuta eliminarea gazelor intestinale) prin uleiuri esentiale, hipericina, iridoide si tanini. Astfel stimuleaza digestia, favorizand normalizarea tranzitului intestinal si eliminarea durerilor colicative si a flatulentei. Sunatoarea alaturi de lavanda si valeriana, datorita actiunii lor antialgice si antidepresive, sunt eficiente in afectiuni insotite de dureri care au un important determinism psihic.

Recomandari

Tulburari digestive cu substrat nervos: sindromul colonului iritabil, colici intestinale.

Contraindicatii

Nu se recomanda in caz de hipersensibilitate la oricare dintre ingredientele produsului. La dozele recomandate nu se cunosc contraindicatii.

Sarcina si alaptare

Acest ceai nu este indicat femeilor insarcinate si mamelor care alapteaza.

Efecte secundare si interactiuni

La dozele recomandate nu au fost semnalate incompatibilitati cu medicamentele si nici efecte secundare.

Preparare

Peste o lingurita amestec de plante se toarna 200 ml apa clocotita si se lasa 10-15 minute acoperit, apoi se strecoara.

Întrebuintare

Se beau 3-4 cani cu ceai pe zi, cu minim o jumatate de ora inainte de masa.

Durata unei cure este de 2-3 luni.

Cura se poate relua după o pauză de o luna.

Asocieri recomandate:

Pentru eliminarea disconfortului digestiv cu substrat nervos, ceaiul Colon sanatos-D64/D88 se poate asocia cu capsule Colon sanatos-D66 si cu capsule Confort emotional-N135.

Sfaturi practice de dieta si stil de viata:

Daca aveti colon sensibil, va recomandam sa reduceti cat mai mult posibil consumul carniilor grase (inclusiv peste, mezeluri, carnati), a branzeturilor grase, prajelilor, legumelor sau fructelor crude, bauturilor carbogazoase si a dulciurilor. Evitati consumul de alcool, cafea, tutun. Puteti consuma legume preparate termic (evitandu-se fasolea, varza, mazarea), fructe fara coaja coapte sau preparate termic, carne slaba, branza slaba.

Daca predomina un tranzit intestinal prea lent, consumati alimente bogate in fibre vegetale: cereale integrale fierte sau coapte, fulgi de cereale, paine integrala sau cu tarate, tarate (20-30gr/zi), musli, legume, zarzavaturi si fructe crude (sucuri, salate) sau preparate termic, lactate.

Daca scaunele sunt prea dese si moi, este bine sa evitati carnea grasa, afumaturile, rantasuri, mezelurile, cerealele, painea proaspata, lactatele, legumele si fructele crude. Consumati orez, porumb, gris, paine prajita, branzeturi uscate, oua fierte, carne slaba, unt.

Prezentare: cutie a 50 g.