



Kamille –

Chamomilla recutita/ Matricaria recutita

Der aromatische, an Äpfel erinnernde, leicht bittere Geschmack der Echten Kamille ist Teetrinkern vertraut.

Kamille vermittelt ein Gefühl mütterlicher Geborgenheit, indem sie eine übersteigerte innere oder äussere Sinnesempfindlichkeit dämpft und Krampfstände durch milde Wärme löst.

Wichtige Inhaltsstoffe:

Ätherisches Öl
Cumarine
Luteolin
Schleimstoffe

Flavonoide
Gerbstoffe
Rutin

Glykosidische Bitterstoffe
Anthemissäure
Apigenin

Tipp:

Bei Zahnfleischentzündungen oder vereiternden Mandeln kannst du lauwarmen Kamillentee trinken oder damit gurgeln. Bei akuten Entzündungen solltest du keinen heißen Tee trinken, weil die Wärme die Durchblutung anregt. Dadurch können sich die Bakterien im Körper verbreiten.





Anwendung:

Bei Reizdarm dreimal täglich 1 TL Tinktur mit 100ml Wasser zu sich nehmen

1 – 3 x täglich 2 – 5 Tropfen einnehmen oder 10 Tropfen in einem halben Glas lauwarmem Wasser zum Spülen oder Gurgeln verwenden

Wirkungsweise:

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|----------------------|
| Entzündungshemmend | antiallergen | krampflösend | Relaxans |
| blähungstreibend | mildes Bittermittel | Schmerzen | Gastritis |
| Verdauungsstörungen | Azidität | Blähungen | Koliken |
| Hiatushernie | Darmgeschwür | Reizdarm | Morbus Crohn |
| Heuschnupfen | Asthma | Ekzeme | Wunden |
| Magen-Darm-Beschwerden | Reizmagen | Reizdarm | Brechreiz |
| Übelkeit | Magengeschwür | Gastritis | Akne |
| Menstruationsbeschwerden | beruhigend | angstmildernd | Wundliegen |
| Nagelbettvereiterung | Verbrennungen | Kieferhöhlenoperationen | Zahnschmerzen |
| Halschmerzen | Nebenhöhlenentzündungen | Bauchschmerzen | |
| Ohrenscherzen | Kopfschmerzen | | |
| Menstruationsbeschwerden | | | |

Essentia's
Tinkturen

Peace 🌈 Love ❤️ Happiness 🌸
Nya Mendes
#bluemezahn

