

AMERIKAANS GLIDKRUID

www.cuevaatalaya.com



Amerikaans glidkruid (*Scutellaria lateriflora*) staat vooral bekend om zijn kalmerende en ontspannende werking op het zenuwstelsel. Het wordt van oudsher ingezet bij stress, angst en slaapproblemen

De actieve stoffen, zoals flavonoiden (onder andere scutellarine en baicaline), zorgen voor de volgende effecten:

Kalmerend en rustgevend: Het helpt bij het verminderen van nervositeit, paniekaanvallen en lichte angstgevoelens.

Slaapbevorderend: Het kan de kwaliteit van de slaap verbeteren en helpen bij het inslapen.

Krampopheffend (antispasmodisch): Het werkt ontspannend op de spieren en kan helpen bij menstratiepijn of spijsverteringskrampen.

Zenuwversterkend (nervinum): In de kruidengeneeskunde wordt het beschouwd als een 'tonicum' dat het zenuwstelsel op de lange termijn ondersteunt en herstelt bij uitputting

Ook kan glidkruid leerprocessen ondersteunen en is het nuttig voor mensen die last hebben van vergeetachtigheid. Ook in de hersenen zorgen de actieve bestanddelen voor een ontstekingsremmende werking. Hiervoor verantwoordelijk zijn de stoffen wogonine en oroxyline A. Op die manier wordt er aan glidkruid een beschermende werking voor de hersencellen toegeschreven. Op die manier kan glidkruid interessant zijn als hulpmiddel bij bepaalde ziekten, waaronder Alzheimer's, de ziekte van Parkinson.

MET LIEFDE VOOR JOU

Dit informatieblad wordt vertrouwelijk gegeven en heeft als enig doel om zoveel mogelijk ondersteunend te zijn bij het verantwoord gebruik van deze tinctuur olie of kruid

Tinctuur opbouwen naar 3 maal daags 20 druppels met wat water voor het eten innemen.

- ⊘ **Slaperigheid:** Door de kalmerende werking kan het suffigheid veroorzaken; pas op met autorijden of het bedienen van machines.
- ⊘ **Leverbelasting:** Er zijn meldingen van leverproblemen bij gebruik van glidkruid. Mensen met leveraandoeningen moeten voorzichtig zijn.
- ⊘ **Interacties:** Het kan de werking van andere verdovende middelen, alcohol en medicijnen tegen angst of epilepsie versterken.
- ⊘ **Zwangerschap:** Gebruik tijdens de zwangerschap of borstvoeding wordt afgeraden vanwege onvoldoende veiligheidsgegevens