

HIBISCUS SABDARIFFA

WWW.CUEVAATALAYA.COM



Een van de meest indrukwekkende en bekende voordelen van hibiscusthee is dat het de bloeddruk kan verlagen. Dit komt doordat het een natuurlijke ACE-remmer bevat. De aders worden dus minder samengetrokken, met als gevolg dat de bloeddruk daalt.

De thee bevordert ook de uitscheiding van urine, wat ook eens een extra gunstige invloed heeft op de bloeddruk.

Hibiscus is rijk aan antioxidanten en speelt een positieve rol bij het behouden van de gezondheid van je weefsels.

Het bevat veel vitamine C, het werkt koortsverlagend, ontstekingsremmend en wordt ook ingezet bij mensen met diabetes type 2.

Hibiscusthee kan helpen bij het afvallen omdat het de eetlust remt en een goede vervanger is voor frisdranken. Maak ijsthee met munt en honing! Ook werkt de thee vochtafdrijvend.

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 thee

medicinaal infuus: 10 gr kruid op halve ltr gekookt water. 10 minuten. smorgens drinken. (effect op bloeddruk)

regulier infuus: 1,5 gr kruid op 200/250 ml. 3/4 koppen per dag.

Zwangere vrouwen en vrouwen die borstvoeding geven wordt wel ontraden om deze thee te drinken, vanwege het vochtafdrijvend effect van de thee. Je hebt het nu nodig.

Bij lage bloeddruk max 2 koppen per dag