

BRANDNETEL ZAAD

WWW.CUEVAATALAYA.COM



De brandnetelzaden bevatten in principe dezelfde geneeskracht als brandnetel, maar dan in meer geconcentreerde vorm.

Brandnetelzaad heeft diverse geneeskrachtige eigenschappen, waaronder het ondersteunen van energie en stressvermindering door zijn adaptogene werking, het verbeteren van de nierfunctie, en het verlichten van ontstekingen. Het is rijk aan mineralen en vitamines en kan bijdragen aan een betere spijsvertering en algemene gezondheid.

ADAPTOGEEN effect: Brandnetelzaad helpt het lichaam om te gaan met stress, ondersteunt de **BIJNIEREN** en kan emotionele vermoeidheid en een gevoel van uitputting tegengaan, zonder een stimulerend effect zoals cafeïne.

ENERGIE en VITALITEIT: Het kan de motivatie verhogen en helpen bij de terugkeer van doorzettingsvermogen door de energieverhogende werking door de hoge gehalten aan mineralen zoals **IJZER** en **CALCIUM**.

NIEREN: ondersteuning nierfunctie en reiniging.

ONTSTEKINGSREMMEND: Het wordt vooral ingezet bij aandoeningen zoals dikkedarm ontstekingen.

SPIJSVERTERING: stimulatie opname van voedingsstoffen en de afvoer van afvalstoffen.

MINERALEN en VITAMINES: Brandnetelzaad is een bron van diverse voedingsstoffen, waaronder vitamines A, C, B-vitamines, en mineralen zoals calcium, ijzer en magnesium.

HUID: Het kan helpen bij huidaandoeningen zoals acne en eczeem door zijn reinigende en ontstekingsremmende eigenschappen en het stimuleren van de bloedcirculatie.

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 thee.

Los kruid: eetlepel in je smoothie

Thee/ infuus: 4 gram op flinke mok gekookt water 10 min of 20 gram op een liter

Tinctuur: 3x 15-20 druppels

⊘ Wanneer u momenteel geneesmiddelen neemt, stop de inname ervan niet of vervang ze niet zonder eerst een arts te raadplegen
⊘ Rozenbottelsupplementen kunnen het risico op bepaalde soorten nierstenen verhogen, dus raadpleeg een arts.

Ook bij zware aandoeningen, zwangerschap, zogen of kleine kinderen is het verstandig u eerst goed te laten informeren