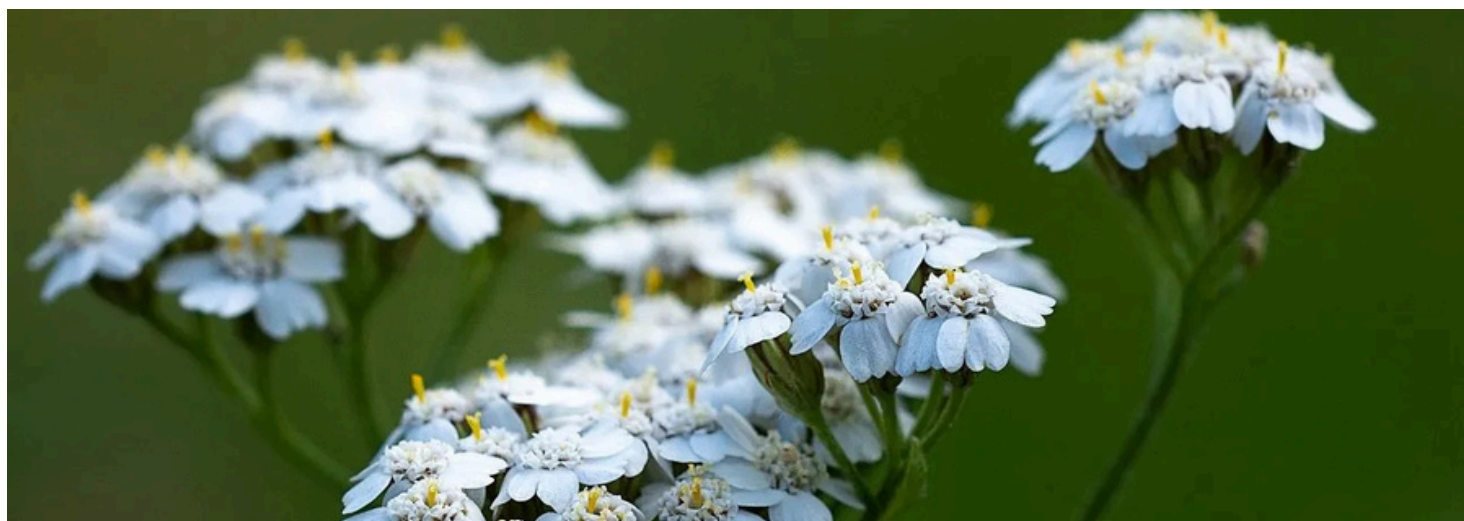


# DUIZENDBLAD

www.cuevaatalaya.com



Duizendblad (*Achillea millefolium*) staat bekend om zijn veelzijdige geneeskracht, vooral als bloedstelpend, krampstillend en ontstekingsremmend middel. Het kruid wordt traditioneel gebruikt bij maag-darmklachten, menstruatiepijn, slecht genezende wonden en om de spijsvertering en lever te ondersteunen. Het is inzetbaar als thee, tinctuur of kompres.

**Belangrijkste geneeskrachtige eigenschappen:**

**Bloedstelpend & Wondhelend:** Traditioneel gebruikt bij wondjes, bloedingen en aambeien door aanwezige tannines en etherische olie.

**Spijsvertering & Maag:** Stimuleert de gal- en maagsapafscheiding, helpt bij krampen, buikpijn, gebrek aan eetlust en winderigheid.

**Ontstekingsremmend:** Werkt goed bij infecties, blaasontsteking en ontstekingsachtige huidaandoeningen.

**Vrouwenkruid:** Ondersteunt bij menstruatieongemakken, krampen en overgangsverschijnselen.

**Bloedsomloop & Koorts:** Versterkt de bloedvaten, werkt bloedzuiverend en kan koortsverlagend werken door het opwekken van zweet

**Emotionele werking:** Het wordt vaak ingezet voor mensen die hoogsensitief zijn of gemakkelijk andermans emoties en energieën overnemen.

## 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 of tinctuur.

Tinctuur 3x20 druppels daags met wat water voor het slapen

Thee 3 gram op flinke mok 80 graden 10 minuten

⚠ Wanneer u momenteel geneesmiddelen neemt, stop de inname ervan niet of vervang ze niet zonder eerst een arts te raadplegen

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