



Bild: Photoography/Shutterstock.com
Bild: spline_x/Shutterstock.com
Bild: Richard Griffin/Shutterstock.com
Bild: Valeriia Anisimovaa/Shutterstock.com
Bild: Leobrave_1/Shutterstock.com
Bild: Bjoern Wylezich/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Einnahmeempfehlung

3x täglich 25 Tropfen*

*am besten ca. 30 Minuten nach dem Essen mit einem Glas lauwarmen Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

100ml entspricht einer Monatskurs.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine **einschleichende Dosis von 3x täglich 15 Tropfen** mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung



Gestärkt durch die kalte Jahreszeit

Wieder einmal stehen die kalten Monate des Jahres vor der Tür und wir freuen uns bereits auf schöne Winteraktivitäten wie Ski- oder Schlittensport. Doch leider ist die kalte Jahreszeit auch die Saison der Infektionskrankheiten. Wir stecken uns schneller an und sind insgesamt weniger resistent gegenüber Krankheitserregern. Unsere Tinkturenmischung „Gestärkt durch die kalte Jahreszeit“ bietet durch die Kombination aus stärkenden und wohltuenden Pflanzen eine perfekte Basis, um den Winter fit zu überstehen und die tollen Aktivitäten, die er mit sich bringt zu genießen.

Ingwer

Der Ingwer findet heutzutage nicht nur Anwendung in der Küche, sondern wird auch zur Linderung vieler Beschwerden eingesetzt. Hauptsächlich soll er vor allem bei Verdauungsbeschwerden Abhilfe schaffen, durch seine enthaltenen *Scharfstoffe* wird ihm eine entzündungshemmende, antioxidative, antibakterielle und antivirale Wirkung nachgesagt.

Rosenwurz

Die Pflanze kennt man unter dem Namen „Anti-Stress-Pflanze“. Sie wird gerne zur Bekämpfung von innerer Unruhe und gegen negatives Denken eingesetzt. Die Rosenwurz könnte somit bei der alljährlichen „Winterdepression“ Linderung verschaffen.

Citruskraut

Das Citruskraut verfügt über wertvolle *Polyphenole*, wodurch die Zellen vor Bakterien, Viren und Pilzen geschützt werden können. Das bedeutet das Kraut wirkt antibakteriell, antiviral, antimykotisch und entzündungshemmend.

Roter-Sonnenhut

Der rote Sonnenhut wird in der Alternativmedizin zur Stärkung des Immunsystems und zur Behandlung von Schnupfen und Infekten eingesetzt. Bereits kleine Dosen sollen eine stark antivirale Wirkung haben und somit gegen Infektionskrankheiten schützen.

Salbei

Salbei verfügt über antimikrobielle und entzündungshemmende Eigenschaften, wodurch er gerne zur Linderung von diversen Erkältungskrankheiten, wie z.B. Halsschmerzen, genutzt wird.

Thymian

Der Thymian soll schon seit mehr als 4000 Jahren als Gewürz- und Heilpflanze genutzt werden. Gerne wird er zur Behandlung von Erkältungskrankheiten genutzt, wobei er schleim- und krampflösend, entzündungshemmend, auswurfördernd sowie hemmend auf Bakterien, Viren und Pilzen wirkt.