



Bild: 12photography/Shutterstock.com
Bild: Jolanta Wojcicka/Shutterstock.com
Bild: Nataliia Pyzhova/Shutterstock.com
Bild: shansh23/Shutterstock.com
Bild: Oleksandrum/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 Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

100ml entspricht einer Monatskur.

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



Unbeschwert durch den Tag

Kaum ein Mensch ist von Sorgen befreit. Ob im Privatleben, in der Schule oder im Arbeitsalltag, wir alle müssen uns Tag für Tag neuen Herausforderungen stellen. Oft erscheinen diese Herausforderungen aber riesig und nicht bewältigbar und wir spüren innere Unruhe und Anspannung. „Unbeschwert durch den Tag“ besteht aus wohltuenden, stärkenden Pflanzen, die dabei helfen sollen, Herausforderungen besser annehmen zu können und mit mehr Leichtigkeit durchs Leben zu gehen.

Taigawurzel

Die Taigawurzel ist eine bewährte Pflanze im Einsatz gegen Stress und Erschöpfung. Sie ist ein Adaptogen, kann also die ständige Unruhe beheben aber gleichzeitig auch Müdigkeit und Abgeschlagenheit verringern, sodass man fitter und befreiter den Alltag bestreitet.

Lavendel

Den Lavendel erkennen wir an seinen wohltuenden Duft, den man schon aus weiter Entfernung wahrnimmt. Doch auch in der Volksmedizin hat der Lavendel einen hohen Stellenwert wenn es um die Behandlung von innerer Unruhe, Ängsten, Schlafproblemen oder einer nervösen Verdauung geht.

Melisse

Die Melisse enthält tolle ätherische Öle, die die Pflanze so beruhigend machen. Aufgrund dieser Wirkung wird sie gerne zur Linderung von Schlafproblemen, Angstzuständen und innerer Unruhe eingesetzt. Außerdem soll sie auch chronischem Stress entgegenwirken und die Auswirkungen von Stress verringern.

Passionsblume

Die Passionsblume ist beliebt für ihre beruhigenden und angstlösenden Eigenschaften und wird bei diversen Symptomen, die aufgrund von Nervosität entstehen eingesetzt. Anwendung findet sie z.B. bei Prüfungsangst, Unruhe und Reizbarkeit. Aber auch bei einem nervösen Magen-Darm-Trakt der zu Krämpfen neigt, kann sie Linderung verschaffen.

Hanfblüte

Hanf wird oft in Zusammenhang mit Drogenkonsum gebracht, doch das völlig zu Unrecht. Das enthaltene CBD soll einige positive medizinische Eigenschaften besitzen. In der Alternativmedizin wird Hanf bei leichten Angstzuständen, leichten depressiven Verstimmungen, Unwohlsein und Schlafstörungen eingenommen.