

The logo features the word "Greenspirit" in a green, stylized font with a slight shadow effect. It is set against a background of lush green foliage and a bright sunburst in the upper right corner. A thick, dark red curved line sweeps across the page, starting from the bottom left and arching over the text.

Greenspirit

CATALOGO TISANE

Silvia Vianello, Naturopata

Greenspirit-praxis.ch

Da oltre 27 anni preparo le mie miscele di tisane con piante officinali. Le raccolgo e le coltivo da personalmente da 34 anni, già prima di diventare fitoterapeuta, e continuo a farlo ancora oggi con grande amore e dedizione.

Le mie miscele si distinguono per l'elevata efficacia. Poiché le preparo sempre personalmente, le composizioni risultano armoniose, equilibrate e ben studiate.

Le piante che utilizzo per la vendita provengono in parte da fornitori certificati in qualità farmaceutica, con tenore di principi attivi garantito, per la maggior parte da coltivazioni biologiche, in parte dal mio orto personale (rigorosamente biologico, etico e rispettoso delle piante) e in parte da raccolta spontanea nella zona di Nussdorf, Basilea Campagna.

Poiché le miscele vengono continuamente perfezionate, sono possibili piccole variazioni negli ingredienti. Ti prego di segnalarmi eventuali allergie. Grazie.

ORDINAZIONI:

- direttamente da me per whatsapp o mail silvia.vianello@gmx.net (non ho web shop)
- spedisco le tisane entro circa una settimana, raramente due.
- Metto in conto soltanto le spese per la spedizione, che sono solitamente dai 7 ai 12 chf. Conviene a partire da 2-3 tisane.
- Pagamento con twint o bonifico bancario a spedizione avvenuta.

Tisane per tutti i giorni

Prodotto	Descrizione	Prezzo 100g	Prezzo 75g
Brise de Provence 	Rilassante e molto aromatica con menta e lavanda. Aiuta a digerire ed è molto utile contro tensioni e nervosismo. Ingredienti: Lavanda, menta, finocchio, melissa.	12.-	--
Vento di primavera 	Una tisana primaverile, dall'aroma di limone e verbena, leggermente depurativa e attivante per iniziare bene la giornata. Ingredienti: verbena, limone, menta, mela.	12.-	--
Mandarino 	Una tisana invernale all'aroma di mandarino, specialmente adatta a chi non ama le spezie come cannella e zenzero. Adatta per serate autunnali e invernali. Ingredienti: mandarino, arancio, finocchio, roiboos, fiori di sambuco.	14.-	--
Autunnale 	Questa tisana ci incanta con il profumo del raccolto: mela, cannella, arancio, finocchio, cardamomo... scalda le serate autunnali ed invernali e rinforza. Ingredienti: mela, arancio, tiglio, cannella, cardamomo, anice, finocchio, coriandolo.	12.-	--

Invernale  Contiene: cannella, liquirizia, zenzero, cardamomo, chiodi di garofano, rosa canina, arancio, mandarino, limone, tiglio, ortica.	Una tisana calda e speziata all'aroma di cannella e liquirizia. Un vero piacere davanti al caminetto. Ingredienti: cannella, liquirizia, zenzero, cardamomo, rosa canina, arancio, limone, tiglio, ortica.	12.-	--
Mattino d'inverno  Questa tisana calda, tonifica e disinfetta. In questo modo ci aiuta a superare il periodo più freddo dell'anno senza ammalarsi. Contiene: rosa canina, zenzero, salvia, bacche di sambuco, cucurbita, rosmarino, foglie di lampone.	Questa tisana è particolarmente riscaldante e rinforzante, adatta al mattino, ci aiuta a proteggerci dalle malattie e ci dà energia per la giornata. Ingredienti: rosa canina, zenzero, salvia, timo, finocchio, sambuco, arancio, tiglio, foglie di lampone.	10.-	--
Natalizia  Contiene: buccia d'arancio, limone, mandarino, mela, rosa canina, cardamomo, coriandolo, anice, cannella, anice stellato, ibisco, uvetta, oli eterici.	La classica tisana natalizia, ma con aromi esclusivamente naturali di arancio, cannella e molte altre spezie. Ingredienti: arancio, mandarino, limone, mela, anice stellato, cannella, cardamomo, uvetta, coriandolo, ibisco, rosa canina, anice, oli eterici di cannella e arancio.	10.-	--
Estiva  Ein leichter Tee, sehr fein im Geschmack, löscht den Durst und erfrischt. Man kann ihn den ganzen Tag lang trinken, warm oder kalt, auch mit Saft vermischt. Zutaten: Zitronenmelisse, Goldmelisse, Pfefferminz, Apfelschalen, Holunderblüten.	Da bere fredda, per l'estate. Ingredienti: melissa, menta, sambuco, rooibos, mela.	12.-	
Gioia di vita  Questa fresca e rilassante composizione di erbe e frutta ci aiuta a vedere le cose in modo più positivo. Composizione: verbena, scorze d'arancio, buccia di mela, citronella, fiori d'arancio, scorze di limone, ibisco.	Una tisana semplice per tutti i giorni, sia per il mattino che per la sera, anche per i bambini. Piacevole e fresca. Ingredienti: Lemongras, arancio, limone, finocchio, verbena, ibisco.	14.-	
Rilassante  Una leggera e gradevole tisana millefiori da bere in ogni occasione. Adatta anche per i bambini. Zuccherare a piacere. Composizione: rosa, melissa, camomilla, arancio, mandarino, malva, menta, fiordaliso.	Una composizione molto equilibrata ed armonica di fiori e foglie di prato e colline. Rilassa, favorisce il benessere e coccola con il suo gusto delicato. Ingredienti: arancio, mela, limone, camomilla, fiordaliso, melissa, menta, malva, rosa.	--	12.-

Tisana dei druidi  Questa particolare miscela di 12 piante pagane ci aiuta a creare, mantenere e proteggere il luogo sacro dentro e fuori di noi: stimola e acuisce le percezioni, soprattutto le visioni, rilassa, centra e illumina lo spirito, purifica e protegge da qualsiasi negatività. Da bere prima e durante i rituali. Contenuto: verbena, melva, biancospino, iperico, achillea, angelica, mela, artemisia, verga d'oro, ginseng, eufrazia, betulla.	Questa miscela particolare è disponibile soltanto in autunno dopo la raccolta, perchè la faccio esclusivamente con erbe raccolte da me. Il suo effetto è armonizzante, il gusto secco. Ingredienti (possono variare): edera terrestre, salvia, verben, melissa, menta, achillea, malva, betulla, sambuco, iperico, lavanda, biancospino.	--	16.-
Tisana per bambini 	Dolce e leggera, piace ai bambini e li aiuta con la digestione. Ingredienti: mela, arancio, mandarino, uvetta, menta, melissa, sambuco, finocchio, liquirizia, fragola.	15.-	
Chai CHAI 	Questa è la miscela di spezie per la preparazione del chai, il tè speziato indiano. Poi bisogna aggiungere tè nero, preferibilmente Assam, zucchero e latte a piacere. Ingredienti: cannella, cardamomo, chiodi di garofano, anice stellato.		10.-
Tisana per bebè Babytee Gegen Bauchschmerzen und Koliken rate ich, dem Baby ab ca. 1-2 Monat diesen Tee zu geben. Er ist viel wirksamer als andere Massnahmen wie Bauchmassage, Wärme usw. Wichtig ist: - Geben Sie den Tee nie vor dem Stillen. - Bereiten Sie den Tee sehr mild zu, mit 1/2 Teelöffel Kräuter pro Tasse. - Der Tee muss Körpertemperatur haben. - Geben Sie dem Baby bei Beschwerden 1-2 Mal pro Tag geringe Mengen Tee, am besten mit dem Schoppen damit es so viel trinkt wie es braucht. Enthält: Kamille, Fenchel, Kümmel, Malve, Melisse.	Contro disturbi digestivi, coliche, aria intestinale. Favorisce la digestione e rilassa. A partire dal primo o secondo mese di vita, si possono dare al neonato piccole quantità di questa tisana con il cucchiaino o il biberon, per poi aumentare man mano che cresce. Importante: non zuccherare. Non dare prima della poppata ma nel mezzo. Preparare la tisana con soltanto una punta di coltello di erbe (1/4 di cucchiaino) Ingredienti: camomilla, finocchio, cumino, malva, melissa.	12.-	

Tisane curative – Digestione e metabolismo

Prodotto	Descrizione	Prezzo 100g	Prezzo 50g
Depurativa  Questa tisana depura l'organismo, elimina le tossine e le sostanze nocive, stimola il metabolismo e ripristina i sali minerali. Ottima sempre per disintossicare, per le cure primaverili, nei casi di metabolismo lento, reumatismi, acidosi, foruncoli... Contiene betulla, ortica, equisetolo, verga d'oro, rosa canina, coriandolo, finocchio.	Una tisana drenante, depurativa e anche remineralizzante per depurare l'intero organismo e eliminare le tossine attraverso i reni. Stimola il metabolismo e la circolazione linfatica. Contro acidità, accumulo di tossine, pressione alta, reumatismi, stanchezza metabolica. Ideale in primavera. Ingredienti: betulla, ortica, equisetolo, verga d'oro, coriandolo, finocchio, tarassaco.	14.-	
Disintossicante  Questa tisana depura il sangue e abbassa il colesterolo e l'LDL, attiva la digestione e il metabolismo e aiuta ad eliminare le tossine dal corpo. Contiene foglie di carciofo, gramigna, ortica, achillea, cicoria e curcuma.	Questa tisana amara è più forte della precedente, non solo drena ma anche stimola il fegato e tutti gli organi digestivi. Depura e disintossica profondamente. Ideale in caso di colesterolo alto, diabete, arteriosclerosi e tutti gli altri problemi metabolici. Ingredienti: carciofo, cicoria, curcuma, fieno greco, ortica, achillea.	14.-	--
Dimagrante  Questa tisana aiuta a bruciare i grassi, depura l'organismo ed elimina i liquidi in eccesso. Controindicata in caso di ipertireoidismo. Contiene fucus, betulla, equisetolo, tè verde, tè mate, curcuma. Bere 2-3 tazze al giorno e fare molto movimento fisico.	Anche questa tisana è ideale in primavera: aiuta a dimagrire perché drena, disintossica, accelera il metabolismo e toglie la fame. Ideale in combinazione con una buona dieta alimentare e dello sport. Ovviamente la tisana da sola non è sufficiente senza un buon programma di dimagrimento, ma se combinata è di grande aiuto. Ingredienti: alga fucus, betulla, equisetolo, tè verde, tè mate.	12.-	--
Reumatismi  Antinfiammatoria, antidolorifica, depurativa. Aiuta a combattere i reumatismi di ogni tipo, l'artrite ed altri tipi di dolori alle giunture o muscolari. Attenersi alle dosi consigliate. Contiene ortica, betulla, equisetolo, spirea, salice, achillea, finocchio, verga d'oro.	Questa tisana aiuta a depurare e quindi curare e prevenire i reumatismi e dolori articolari. Inoltre è antiinfiammatoria e leggermente antidolorifica. Ingredienti: betulla, ortica, spirea, achillea, salice, equisetolo, finocchio, verga d'oro.	14.-	--

Digestiva  Tisana digestiva Da bere dopo i pasti per aiutare la digestione. In caso di pasti abbondanti e senso di pienezza. Contiene buccia d'arancio, finocchio, anice, salvia, menta, liquirizia, melissa, genziana, calamo aromatico.	Un ottimo finale del pasto, aiuta a digerire anche i cibi grassi e pesanti, e ha un gusto delizioso. Leggermente amara ma solo quel tanto che la rende piacevole, molto aromatica. Ingredienti: arancio, finocchio, genziana, angelica, menta, liquirizia, salvia, calamo, melissa.	14.-	
Intestino  Tisana per l'intestino Piacevole ed efficace contro meteorismo, crampi, infiammazioni, micosi e per favorire la funzione intestinale in generale. Non sufficiente per problemi di dissenteria o stitichezza: per questo si prega di richiedere la tisana Greenspirit apposita. Contiene anice, coriandolo, finocchio, camomilla, timo, menta, cumino, achillea, melissa, genziana.	Molto utile per tutti i disturbi intestinali, in particolare contro flatulenza e gonfiore, crampi, dolori e infiammazioni intestinali. Ingredienti: coriandolo, finocchio, timo, menta, camomilla, curcuma, genziana, melissa, achillea, cumino.	14.-	
Stomaco  Tisana per lo stomaco Molto utile nei casi di gastrite, acidità di stomaco, crampi, bruciori e disturbi digestivi dovuti al nervosismo. Contiene malva, menta, finocchio, altea, calamo, achillea, angelica, camomilla, melissa.	Perfetta contro gastrite ed infiammazioni alle pareti dello stomaco, acidità e crampi, reflusso. Non adatta contro gonfiore e digestione lenta. Ingredienti: melissa, finocchio, malva, altea, calamo, achillea, angelica.	14.-	
Tisana astringente (contro la diarrea)	Questa tisana che faccio solo su ordinazione aiuta contro tutti i tipi di diarrea. In caso ci sia anche vomito, come nelle influenze intestinali, va bevuta sorso per sorso. Ingredienti: rosa, rovo, anserina, camomilla, tormentilla.	16.-	
Tisana lassativa (contro la stitichezza)	Questa tisana, che faccio su ordinazione, aiuta contro la stitichezza. Attenzione però: tutti i medicinali contro la stitichezza, compreso questo, hanno effetti collaterali, anche i rimedi naturali. I rimedi senza effetti collaterali sono: -bere molto, camminare, mangiare molta verdura -semi di lino con molta acqua Se questi non funzionano, allora provare con questa tisana, soltanto nei giorni critici e in dosi moderate. Ingredienti: senna, rabarbaro, frangula, lampone, camomilla.	18.-	
Tisana contro il vomito (antiemetica)	A volte il vomito è necessario per eliminare un contenuto nocivo dallo stomaco, ma quando è persistente può causare disidratazione e denutrizione, quindi è utile fermarlo, soprattutto nei bambini. Da bere lentamente sorso per sorso, ma frequentemente. Ingredienti: calamo, camomilla, angelica, menta.	14.-	

Tisane curative – Raffreddori

Prodotto	Descrizione	Prezzo 100g	Prezzo 50g
Tiglio e sambuco  Un antico ed efficace rimedio contro tutti i raffreddamenti. Bere per tutto il periodo del malessere, almeno 3 tazze al giorno.	Un metodo tradizionale e ancora ottimo per prevenire i raffreddori e curarli. Ideale anche per i bambini. Ingredienti: fiori di tiglio, fiori di sambuco.	14.-	
Raffreddore  Tisana contro il raffreddore e l'influenza, adatta anche per bambini. Contiene rosa canina, salvia, timo, tiglio, sambuco, zenzero.	Una miscela leggera, adatta anche ai bambini, per tutti i tipi di raffreddore, acuto o cronico. Ingredienti: timo, salvia, rosa canina, tiglio, sambuco, zenzero.	12.-	--
Influenza  Tisana antinfluenzale. Contro le influenze con febbre, mal di gola, mal di testa. Solo su prescrizione. Contiene spirea, verbasco, salvia, timo, sambuco, tiglio, rosa canina.	Questa miscela è più forte e va usata soltanto in caso di influenza con febbre e dolori articolari, preferibilmente non nei bambini piccoli. E' antiinfiammatoria e abbassa la febbre. Da usare in sostituzione di medicinali come aspirina, paracetamolo e simile. Ingredienti: spirea, salvia, timo, verbasco, sambuco, tiglio, rosa canina.	15.-	
Espettorante  Tisana espettorante. Aiuta a sciogliere ed espellere il muco dalle vie aeree. Bere 3 volte al giorno. Contiene: timo, piantaggine, salvia, anice, finocchio, primula, liquirizia.	Questa tisana scioglie il muco e aiuta ad espellerlo. Ottima contro la tosse, la bronchite e in generale alla fine di ogni influenza. Ingredienti: timo, piantaggine, pino, salvia, anice, finocchio, liquirizia.	15.-	

Bronchite e sinusite  Tisana mucolitica ed espettorante forte, indicata nei casi di sinusite, bronchite e altre infiammazioni con muco denso giallo o verde difficile da espellere. Solo su prescrizione. Contiene: verbasco, farfara, anice, liquirizia, timo, primula, eleuterococco.	Questa tisana è più forte della precedente, ha anche effetti collaterali. Serve per sciogliere il muco e per aiutare ad espellerlo, causando la tosse. E' anche antiinfiammatoria. Attenzione: mai usare con tosse secca senza muco, come ad esempio la pertosse. Combinare con suffumigi di eucalipto Ingredienti: verbasco, tussilagine, anice, liquirizia, timo, spirea, primula, camomilla, ginseng.	18.-	10.-
Immunità  Questa tisana rinforza le difese immunitarie aiutandoci così ad evitare i raffreddamenti. Ottima come cura autunnale: bere una tazza ogni mattina per 3-4 settimane. Non usare per periodi prolungati, massimo 3 mesi. Contiene Eleuterococco, rosa canina, ortica, menta, zenzero, mate, cardo, liquirizia, limone.	Questa miscela che contiene Eleuterococco, il ginseng siberiano, rinforza il sistema immunitario e quindi previene i raffreddori e le influenze di ogni tipo. Ideale come cura autunnale per 1-2 mesi. Non bere permanentemente. Ingredienti: Eleuterococco, rosa canina, ortica, menta, zenzero, bacche di sambuco, limone, marrubio.	18.-	--
Antitussiva  Questa tisana serve per calmare la tosse improduttiva, nel caso di tosse secca senza accumuli di muco nelle vie aeree, e contro la pertosse o altri tipi di tosse convulsiva. Da prendere solo su prescrizione del naturopata e solo per il periodo indicato. Contiene verbasco, farfara, altea, malva, piantaggine, liquirizia, papavero.	Questa tisana aiuta contro la tosse secca e convulsiva, come ad esempio la pertosse o la tosse asmatica, nervosa, o dal fumo. Non usare in caso di tosse con muco. Ingredienti: papavero, malva, altea, camomilla, pulmonaria.	16.-	

Tisane curative – Sistema nervoso

Prodotto	Descrizione	Prezzo 100g	Prezzo 50g
Sogni d'oro  Questa tisana aiuta ad addormentarsi e a dormire meglio e più profondamente tutta la notte in modo da svegliarsi più riposati. Composizione: luppolo, melissa, lavanda, fiori d'arancio, camomilla.	Per dormire bene tutta la notte. Aiuta contro disturbi del sonno, lieve insonnia. Da bere prima di dormire. Ingredienti: luppolo, camomilla, melissa, arancio, lavanda.	20.–	12.–
Serenità  Questa tisana aiuta a ritrovare il proprio equilibrio interiore in caso di stress, esaurimento, nervosismo. Contiene: fiore della passione, melissa, avena, biancospino, iperico, valeriana, liquiritia.	Aiuta ad eliminare lo stress, anche nei casi di esaurimento e sindrome di burn out. Rilassa, aiuta a ritrovare l'equilibrio, calma il cuore e il sistema nervoso. Ingredienti: passiflora, melissa, biancospino, iperico, avena, liquiritia, valeriana.	14.–	
Luce d'inverno  Questa tisana, fatta con erbe piene dell'energia del sole, fa risplendere la nostra luce interiore. Contro depressioni, malumori, pensieri insistenti o negativi, tensioni, stress. Contiene iperico, passiflora, melissa, fiori d'arancio, menta, achillea.	Questa tisana, il quale componente principale è l'iperico, ci porta luce nella nostra anima ed illumina le buie giornate invernali. Utile contro la depressione invernale, malinconia e tristezza. Ingredienti: iperico, passiflora, melissa, malva, buccia d'arancio, menta, achillea.	14.–	
Concentrazione  Questa tisana migliora la capacità di concentrarsi, di pensare e di agire, aumenta la motivazione, l'energia e le prestazioni in generale. Aiuta sia i giovani durante lo studio e gli esami, che le persone anziane, perché migliora la circolazione sanguigna del cervello. Contiene ginkgo, cardofo, achillea, valeriana, mandarino, coriandolo, ginepro, biancospino, limone.	Favorisce la concentrazione e la resistenza mentale e le prestazioni in generale. Utile per studiare, o anche in età avanzata quando la concentrazione diminuisce. Ingredienti: Ginkgo, melissa, mandarino, coriandolo, primula, ginepro, malva.	14.–	

Hangover  Katertee Immer hilfreich nach Alkoholenuss. Beruhigt Magen und Darm, lindert Kopfschmerzen, entgiftet und fördert die körperliche Regeneration. Inhalt: Fenchelsamen, Anissamen, Mädesüss, Pfefferminz, Hagebutten, Wacholderbeeren, Salbei, Koriander, Brennnesseln, Ringelblumen.	Da usare dopo la sbornia, aiuta contro mal di testa, nausea, stanchezza e disturbi simili. Ingredienti: anice, finocchio, spirea, menta, rosa canina, ortica, calendula, ginepro, salvia.	12.-	
Mal di testa  Kopfweg Tee Hilft bei Spannungskopfschmerzen. Schmerzlindend, entspannend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd. Inhalt: Pfefferminz, Ingwer, Mädesüss, Melisse, Mutterkaut, Kamille, Lavendel.	Il mal di testa o cefalea può avere diverse cause, quindi è difficile fare una tisana che funzioni sempre. Questa tisana è utile in particolare contro mal di testa da tensioni, può aiutare anche in altri casi, è antidolorifica. Ingredienti: menta, zenzero, spirea, partenio, melissa, camomilla, lavanda.	15.-	
Emicrania acuta  emicrania Da usare per la prevenzione dell'emicrania. Bere tutti i giorni per almeno 3 mesi. Entro 3 mesi l'emicrania si riduce in media del 50%-60%, spesso scompare completamente. Contiene partenio, farfaraccio, avena.	In caso di attacchi di emicrania, solo su ordinazione, meglio se previa la mia consulenza (anche online o per iscritto). Contiene tanacetone, farfaraccio, guarana, tè verde, menta, corteccia di salice	16.-	
Emicrania profilassi  emicrania Da usare per la prevenzione dell'emicrania. Bere tutti i giorni per almeno 3 mesi. Entro 3 mesi l'emicrania si riduce in media del 50%-60%, spesso scompare completamente. Contiene partenio, farfaraccio, avena.	Questa tisana completa la precedente ed è da usare per prevenire l'emicrania. Statisticamente l'emicrania diminuisce del 60% dopo 3 mesi di trattamento con queste erbe. Se accompagnata da terapie naturali come l'agopuntura può anche scomparire completamente. Contiene tanacetone, farfaraccio, avena	16.-	
Tisana antiinfiammatoria  Entzündungshemmender Tee Gegen aller Arten von Entzündungen am Bewegungsapparat oder an den inneren Organen. Inhalt: Mädesüss, Weidenrinde, Kamille, Schafgarbe, Goldrute, Kurkuma, Rosmarin.	Aiuta in generale contro le infiammazioni, sebbene le infiammazioni sono molto diverse tra loro e va curata la causa, non solo il sintomo. Tuttavia questa tisana è sicuramente meglio di antidolorifici di sintesi. Ingredienti: spirea, achillea, camomilla, salice, verga d'oro, curcuma, rosmarino.	16.-	

Tisane curative – Cuore e circolazione

Produkt	Beschreibung	Preis 100g	Preis 50g
Cardiaca 	Questa tisana aiuta contro tutti i disturbi funzionali del cuore come aritmie, extra sistoli e tachicardie. Ingredienti: biancospino, valeriana, verberna, ginkgo, fiori di prugnolo, ortica.	16.–	
Pressione alta 	Il vischio è conosciuto per la sua azione benefica contro la pressione alta. In questa tisana lo combino con piante diuretiche che abbassano la pressione diminuendo il volume sanguigno. Inoltre il biancospino migliora la prestazione cardiaca. La consiglio in caso di pressione moderatamente alta, meglio se combinata con una dieta adatta. Spesso è sufficiente per ridurre i medicinali o non prenderli affatto. Attenzione: i medicinali contro la pressione alta vanno ridotti soltanto lentamente e soltanto chiedendo al medico. Ingredienti: vischio, biancospino, melissa, cardiaca, betulla, ortica, verga d'oro.	14.–	--
Tonificante 	Questa tisana è ottima per alzare la pressione. Per persone con pressione troppo bassa. Bere al mattino. Ingredienti: rosmarino, rosa canina, achillea, zenzero, limone.	14.–	

Tisane curative – Organi riproduttivi ed urinari

Prodotto	Descrizione	Prezzo 100g	Prezzo 50g
Menopausa  La tisana ideale per alleviare tutti i sintomi della menopausa: caldane, sudorazione, mancanza di memoria e concentrazione, stanchezza, irregolarità cardiache, ansia, nervosismo, insonnia. Bere una volta al giorno al mattino. Contiene: cimicifuga, trifoglio, verbenà, menta, achillea, mandarino, passiflora, ginkgo, melissa, salvia, coriandolo, biancospino, eleuterococco, malva, equisetio, curcuma, ginseng.	Questa miscela molto efficace contiene fitoormoni e aiuta contro tutti i tipici disturbi della menopausa come vampate di calore, sudore, difficoltà di concentrazione e memoria, aritmie cardiache, nervosismo, stanchezza. Da bere al mattino. Ingredienti: Cimicifuga, trifoglio, verbenà, menta, achillea, passiflora, melissa, salvia, biancospino, curcuma.	14.-	
Dismenorrea  Frauentee Bei Unterleibbeschwerden während der Menstruation. Krampflösend, entzündungshemmend, schmerzlindernd. Inhalt: Engelwurz, Baldrian, Kamille, Schafgarbe, Anis, Frauenmantel, Melisse, Gänsefingerkraut	Questa tisana allevia i crampi addominali durante le mestruazioni. Bere da 1 a 4 tazze al giorno nel momento del bisogno, finché i sintomi scompaiono o diventano accettabili. Oltre alla tisana è utile prendere magnesio, un ottimo spasmolitico, e scaldare l'addome con una borsa di acqua calda. Contiene angelica, valeriana, melissa, camomilla, anice	14.-	--
Tisana Galattoga  Tisana galattoga Stimola la produzione del latte materno. Bere una tazza prima e dopo la poppata. Contiene finocchio, anice, cumino, ortica.	Favorisce il flusso del latte materno e previene il meteorismo nei lattanti. Inoltre aiuta la mamma a rifornirsi di ferro e altri minerali. Bere una tazza prima e una dopo l'allattamento. Consigliata a tutte le mamme in allattamento. Contiene anice, finocchio, fieno greco, cumino, ortica.	10.-	
Renale  Tisana renale Aiuta la funzione renale e combatte la malattia. Utile contro tutti i problemi ai reni (calcoli, insufficienza, infezioni...), anche in combinazione con altri farmaci. Contiene: verga d'oro, betulla, equisetio, ortica.	Drenante, antiinfiammatoria, disinfettante. Utile in tutti i casi di problemi con i reni, come ad esempio calcoli, infiammazioni, edemi. Contiene: betulla, equisetio, verga d'oro, ortica.	14.-	