

NAŠE RADA

Sedm bylin proti stresu

Cítíte se unaveni? Jaro je za dveřmi a vaše dobrá nálada klesá pod bod mrazu? Co s tím? Zkuste mozaiku sedmi bylin proti stresu. **Třezalka** uklidňuje při depresích a melancholiích, pomáhá při migréně. **Bez** uklidňuje nervový systém, nepůsobí hypnoticky. **Hloh** povzbuzuje srdeční činnost, pomáhá lidem trpícím nespavostí. Silice **kozlíku** působí proti strachu, uvolňují svalové napětí, používají se při nervovém podráždění, vyčerpanosti. **Meduňka** v sobě spojuje účinky máty a heřmáнку a má sedativní účinky. **Chmel** zlepšuje spánek, uklidňuje organismus. **Mučenka** působí proti křečím, používá se při hysterii a nespavosti. Právě extrakty těchto bylin spolu s látkou guaifenesin, odstraňující strach a uvolňující svalstvo, jsou obsaženy v sirupu Novo-Passit. Je k dostání v lékárnách.

