

Τα βότανα ως θεραπεία



Τα βότανα μπορούν να βοηθήσουν στα παρακάτω:

- στο συνηθισμένο κρύωμα
- στο βήχα [σκόρδο, σύκο, κρεμμύδι, ρίγανη, βασιλικός, κουκουνάρι, θυμάρι, φασκόμηλο]
- στις καταρροές [π. χ ο ευκάλυπτος]
- σε διάφορες αλλεργίες
- στο άσθμα
- στην γρίπη [ιδιαίτερα τα πιπερόριζα ή ο φυσικός χυμός πορτοκαλιού, σκόρδο, κρεμμύδι, κουκουνάρι, μέντα, δενδρολίβανο]



- στην πνευμονία
- στην ναυτία [ιδιαίτερα η κανέλα, το γαρίφαλο, η ξερή μέντα και το μηλόξιδο]
- στην κακοσμία του στόματος [ιδιαίτερα ο δυόσμος]
- στην ουλίτιδα
- στην λαρυγγίτιδα ή στον πονόλαιμο [ιδιαίτερα το φασκόμηλο και το μηλόξιδο]
- στην κούραση των ματιών
- στο ερεθισμένο έντερο ή στο στομάχι [π. χ ευκάλυπτος]
- στην δυσκοιλιότητα
- στην διάρροια
- στο άγχος [ιδιαίτερα ο φρέσκος βασιλικός, ρίγανη, μαϊντανός, λάχανο]
- στα ιλαρά
- στην κατάθλιψη
- στην ακμή [λάχανο, καρότο, μαρούλι]



- στην τριχόπτωση
- στην ωτίτιδα
- στην ξηροδερμία
- στην οστεοπόρωση
- στην παχυσαρκία
- στην κυτταρίτιδα
- στον διαβήτη
- στα προβλήματα στα δόντια ή στα ούλα [π.χ. η λεβάντα]
- στην ανεμοβλογιά
- στις μελανιές [χρησιμοποιήστε κοπανισμένα φύλλα μαϊντανού]
- στην ανορεξία (όπως σκόρδο, πορτοκάλι, ραδίκι, μάραθο, ρίγανη, βασιλικός πολτός)
- στον πονοκέφαλο [βασιλικός, λάχανο, μάραθο, μαντζουράνα, μέντα, δενδρολίβανο]
- στον πυρετό [σκόρδο, καρότο αγγούρι, μέντα, μαϊντανός θυμάρι]



**Τα βότανα έχουν πολύ λιγότερες
παρενέργειες από τα ορθόδοξα
φάρμακα και είναι πολύ πιο
ασφαλή για να χρησιμοποιούνται.**

