

TIPY NA TINKTURY



1. Dobromysl obecná / pamajorán obyčejný

- Na co: trávení, nervy, imunita, ženský cyklus
- Tinktura pro: harmonizaci a povzbuzení

2. Heřmánek pravý / harmanček pravý

- Na co: záněty, křeče, bolesti břicha, nespavost
- Tinktura pro: univerzální jemnou pomoc při bolestech, trávení i klidu

3. Jetel červený / d'atelina lúčna

- Na co: hormonální rovnováha, klimakterium, očista krve
- Tinktura pro: přirozenou podporu v přechodu, detox, pokožku

4. Jitrocel kopinatý / skorocel kopijovitý

- Na co: kašel, zahlenění, záněty v krku, plíce
- Tinktura pro: dýchací potíže a kašel

5. Kontryhel obecný / alchemilka obyčejná

- Na co: hormonální rovnováha, bolestivá menstruace, podpora cyklu
- Tinktura pro: ženské zdraví, cyklus, plodnost

6. Lichořeřišnice větší / kapucínka väčšia

- Na co: močové cesty, opakované záněty, imunita
- Tinktura pro: přírodní antibiotikum na močové cesty

TIPY NA TINKTURY



7. Meduňka lékařská / medovka lékařská
 - Na co: úzkost, nespavost, podrážděnost, bušení srdce
 - Tinktura pro: zklidnění nervů a srdce
8. Měsíček lékařský / nechtík lékařský
 - Na co: hojení ran, vnitřní záněty, očista jater
 - Tinktura pro: protizánětlivou a regenerační podporu
9. Řebříček obecný / rebríček obyčejný
 - Na co: trávení, nadýmání, křeče, záněty v podbřišku
 - Tinktura pro: zažívání a ženské bolesti
10. Řimbaba obecná / rimbaba obyčejná
 - Na co: migréna, bolesti hlavy, PMS, svalové napětí
 - Tinktura pro: bolesti a napětí (zejména u žen)
11. Svízel syřišťový / lipkavec syridlový
 - Na co: otoky, lymfa, uzliny, detoxikace
 - Tinktura pro: očistu a podporu lymfatického systému
12. Třezalka tečkovaná / ľubovník bodkovaný
 - Na co: deprese, psychická únava, bolesti nervového původu
 - Tinktura pro: duši i nervový systém (pozor na lékové interakce)