



Heilkräuter

Landmannstr. 30
50825 Köln
Tel. 0221 5007507
Fax. 0221 5007513

info@tee-de-cologne.de
<http://www.tee-de-cologne.de>

Tee de Cologne	100g	250 g
Anis, ganz	2,50	5,90
Anis entschärft blähende Speisen, stärkt den Magen und hilft bei krampfartigen Magen-Darm-Beschwerden (speziell bei Kindern). Bei stillenden Müttern fördert er die Milchbildung. Außerdem hat Anis eine ausgeprägte hustenreizlindernde Wirkung, da die ätherischen Öle teilweise über die Lungen wieder ausgeschieden werden. Teeaufguss: 1 TL zerdrückte Anissamen mit einer Tasse kochend heißem Wasser übergießen, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen.		
Artischockenblätter	2,50	5,90
bei Verdauungsstörungen, Galle- und Lebererkrankungen sowie erhöhten Cholesterinwerten. Hoher Bitterstoffgehalt - niedrige Dosierung beachten! Teeaufguss: 1/2 TL pro Tasse mit siedendem Wasser aufgießen, nach 5 Minuten und Umrühren abseihen und zu den Mahlzeiten 1 Tasse trinken.		
Baldrian	3,00	7,10
Baldrian ist das beliebteste Mittel bei Nervenschwäche, Herzklopfen und Schlaflosigkeit. Er hat eine beruhigende und krampfstillende Wirkung und wird daher auch bei Magenkrämpfen und Darmbeschwerden verwendet. Interessant ist auch die anlockende Wirkung auf Katzen. Tee: 1 Teelöffel der zerkleinerten Wurzel mit einer Tasse kaltem Wasser ansetzen, bedeckt aufkochen und 10 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen. Ungesüßt täglich eine Tasse voll am Abend trinken. Bad: 100 g zerkleinerte Baldrianwurzel mit 2 Liter Wasser heiß aufgießen, 10 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen und den Aufguss ins Vollbad geben.		

Alle Preise in Euro, Änderungen vorbehalten

Tee de Cologne	100g	250 g
Bambusblätter	12,80	
Bambusblätter-Tee wird traditionell in asiatischen Ländern getrunken und 100 % natürlich produziert. Das Aroma ist unbeschwert frisch, mit leicht süßlichem Kastanien-Charakter. Völlig koffeinfrei. Bambusblätter-Tee ist sehr ergiebig, 0,5 g genügen für eine Tasse, mehrfacher Aufguss ist möglich.		
30 g 4,00 Euro 50 g 6,50 Euro		
Bärentraubenblätter	3,00	7,10
Bohnenschalen	2,00	4,80
Bohnenschalen werden in der Volksheilkunde als harntreibende und blutzuckersenkende Droge eingesetzt.		
Zubereitung: man bereitet eine 10minütige Abkochung aus 1 EL Bohnenschalen und 1/4 Liter Wasser.		
Brennesselblätter	2,00	4,80
Brennesselkraut ist ein beliebtes Blutreinigungsmittel; es findet allgemein zu Frühjahrs- und Blutreinigungskuren Verwendung. Wegen seiner harntreibenden Wirkung ist es auch bei Blasen- und Nierentees gebräuchlich. Außerdem wird es bei rheumatischen Beschwerden eingesetzt.		
Tee: 2 Teelöffel geschnittenes Brennesselkraut oder Brennesselblätter mit 1 Tasse kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen. Mehrmals täglich 1 Tasse trinken. Es sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Preßsaft: 3x täglich einen Esslöffel einnehmen.		
Brombeerblätter	2,00	4,80
Brombeerblätter werden wegen ihres Gerbstoffgehaltes bei Durchfall als zusammenziehendes Mittel, aber auch bei sonstigen Magen- und Darmstörungen verwendet. Als Genussmittel (Ersatz für Schwarzen Tee) kann man sie zusammen mit Himbeerblättern zubereiten.		
Abkochung: Bei Magen- und Darmstörungen 1 Teelöffel voll Brombeerblätter mit einer Tasse Wasser etwa 10 Minuten kochen; tagsüber ungesüßt 2-3 Tassen trinken. Heißer Aufguss: Als Genussmittel 2 TL mit einer Tasse kochenden Wassers überbrühen und 5 Minuten ziehen lassen.		

Alle Preise in Euro, Änderungen vorbehalten

Tee de Cologne	100g	250 g
Cistus (Zistrose) Cistus incanus ssp. tauricus, auch graubehaarte Zistrose genannt, ist ein bis zu einem Meter hoher aromatisch riechender Strauch. Beheimatet ist die Zistrose am Mittelmeer und wird dort auch in der Volksheilkunde eingesetzt. Die Zistrose hat einen hohen Polyphenolgehalt. Polyphenole neutralisieren freie Radikale und unterstützen damit die körpereigenen Abwehrkräfte. Cistus ist nicht deutschlandweit als Lebensmittel zugelassen, wir verkaufen das Kraut deshalb nur zur äußerlichen Anwendung, z. B. als Badezusatz!	3,00	7,10
Cranberries Zutaten: Cranberries, Sonnenblumenöl, Zucker. Nicht als Teeaufguss, sondern zum so genießen, z. B. in Müsli, gedacht.	3,00	7,10
Eibischwurzel Eine Teeabkochung der Eibischwurzel wird mit Erfolg bei Magenschmerzen, Durchfällen und Darmbeschwerden gegeben. Eibischtee mit Honig gesüßt ist ein gutes Hustenmittel und lindert auch Beschwerden bei chronischem Asthma, Staublunge und Emphysem (Erweiterung der Lungenbläschen). Bei Entzündungen im Mund, am Zahnfleisch und im Rachen hilft Gurgeln mit Eibischtee. Der Schleim legt sich wie eine Schutzschicht über die gereizten Stellen und lässt sie schneller abheilen. Bei Verletzungen der Haut ist die Wirkung ebenso gut. Zubereitung: 2 Teelöffel geschnittene Eibischwurzel mit 250 ml kaltem Wasser übergießen und unter gelegentlichem Umrühren eine halbe Stunde stehen lassen. Danach nochmals gründlich rühren, anschließend den Tee durch Mull abseihen. Der fertige Tee wird auf Trinktemperatur erwärmt und in kleinen Schlucken getrunken.	3,00	7,10
Eisenkraut (Zitronenverbene) Eisenkraut duftend (Zitronenverbene) hat einen sehr reinen, fruchtigen Zitronengeschmack. Wegen des angenehmen Duftes wird das Kraut auch gerne in der Aromatherapie und zur Herstellung von Parfüms eingesetzt.	3,50	8,30

Tee de Cologne	100g	250 g
Erdbeerblätter Die Wirkung von Erdbeerblättern ist ähnlich wie bei Brombeerblättern zusammenziehend. Sie werden gegen Durchfall verwendet. In Verbindung mit Brombeerblättern und Pfefferminze werden sie gern als Genussmittel (Ersatz für schwarzen Tee) getrunken. Abkochung: 1 Teelöffel voll Erdbeerblätter mit einer Tasse Wasser aufkochen; tagsüber ungesüßt 2-3 Tassen trinken. Als Genussmittel heißer Aufguss: 2 TL für eine große Tasse mit kochendem Wasser überbrühen und 5 Minuten bedeckt ziehen lassen.	2,00	4,80
Fenchel Fenchel stammt bevorzugt aus dem Mittelmeergebiet. Seit dem 9. Jahrhundert ist die Pflanze als Heilpflanze und auch als Gemüse und Gewürzpflanze im Gebrauch. Fenchel hat eine schleimlösende, und krampfstillende Wirkung. Er findet Verwendung als Brust und Hustentee, bei Magenschwäche und besonders als Beruhigungsmittel für kleine Kinder. Heißer Aufguss: 1 Teelöffel frisch gequetschter Fenchelsamen mit einer Tasse kochendem Wasser übergießen, abgedeckt 5 Minuten ziehen lassen. Mehrmals täglich 1-2 Tassen trinken. Bei Verwendung für Kinder kann man die gleiche Menge auch mit Milch kurz aufkochen.	2,00	4,80
Frauenmantelblätter Frauenmantel hat eine zusammenziehende, beruhigende Wirkung und wird daher innerlich bei Durchfall, verdorbenem Magen und Darmstörungen angewandt. Auch die äußerliche Wirkung als zusammenziehendes Wundmittel ist bekannt. Heute wird Frauenmantel nicht mehr bei menstruellen Beschwerden angewendet. Tee: 2 Teelöffel Frauenmantelkraut mit einer Tasse Wasser heiß aufgießen und 10 Minuten bedeckt ziehen lassen, abseihen; oder die gleiche Menge mit kaltem Wasser ansetzen und etwa 5 Stunden ziehen lassen, abseihen. Bis zu 3 Tassen täglich trinken.	3,00	7,10

Tee de Cologne	100g	250 g
Ginkgoblätter Auch als "Goethes Tonikum" bekannt Steigerung der Hirnzell- und peripheren Durchblutung, fördert die Sauerstoffaufnahme der Hirnzellen, verbessert den Energiestoffwechsel im Hirn, neutralisiert aggressive Radikale, verbessert die altersbedingte Vergesslichkeit. Teeaufguss: 2 TL auf eine große Tasse heißes Wasser, bis zum Auskühlen bedeckt ziehen lassen.	3,50	8,30
Heidelbeerblätter Heidelbeerblätter werden in der Volksheilkunde bei Diabetes empfohlen, außerdem bei Durchfall, Magenbeschwerden, Blasenschwäche und Hautkrankheiten (insbesondere bei Schuppenflechte). Zubereitung: 1-2 TL pro Tasse, 10 Minuten ziehen lassen.	2,00	4,80
Himbeerblätter Die Wirkung von Himbeerblättern ist ähnlich wie bei Brombeerblättern aufgrund des Gerbstoffgehaltes leicht adstringierend (zusammenziehend) und eignen sich daher zur Behandlung von Schleimhautentzündungen in Mund und Rachen und sie werden gegen Durchfall verwendet. In Verbindung mit Brombeer- und Erdbeerblättern und Pfefferminze werden sie gern als Genussmittel (Ersatz für schwarzen Tee) getrunken. Abkochung: 1 Teelöffel voll Himbeerblätter mit einer Tasse Wasser aufkochen; tagsüber ungesüßt 2-3 Tassen trinken. Als Genussmittel heißer Aufguss: 2 TL für eine große Tasse mit kochendem Wasser überbrühen und 5 Minuten bedeckt ziehen lassen.	2,00	4,80
Holunderbeeren Der aus reifen Holunderbeeren gepresste Saft ist sehr vitaminreich und ein gutes Mittel gegen Grippe und Erkältungen. Zubereitung: 1 TL auf eine große Tasse heißes Wasser, 10 Minuten bedeckt ziehen lassen.	2,50	5,90

Tee de Cologne	100g	250 g
Holunderblüten Holunderblüten wirken durch das darin enthaltene ätherische Öl anregend auf die Schweißdrüsen. Sie werden verwendet als schweißtreibendes, harntreibendes und blutreinigendes Mittel, besonders bei Erkältungskrankheiten, Fieber oder Grippe, wo ein Schweißausbruch gewollt ist. Heißer Aufguss: 1 Esslöffel voll Holunderblüten mit einer Tasse Wasser aufbrühen und 15 Minuten ziehen lassen. Man trinkt täglich bis zu 5 Tassen heiß und mit Kandis oder Honig gesüßt.	3,00	7,10
Hopfenblüten Neben der Hauptverwendung in der Bierbrauerei ist Hopfen ein vorzügliches beruhigendes und schlafförderndes Mittel. Tee: 1 TL mit einer Tasse Wasser heiß aufgießen, 10 Minuten bedeckt ziehen lassen, durch ein Teesieb abseihen. Mittags und abends nach den Mahlzeiten eine Tasse trinken.	3,00	7,10
Huflattichblätter Der Huflattich gilt als bedeutsame Heilpflanze bei Hustenreiz und wirkt schleimlösend. Als arzneilich wirksamster Teil werden die Blätter verwendet. Der Huflattich gehört zu den ältesten Hustenmitteln. Auch Hildegard von Bingen weist auf die Heilkraft des Huflattichs bei Erkrankung der Atmungsorgane hin. Neuere Forschungen deuten jedoch auf unerwünschte Nebenwirkungen (Krebsrisiko) durch enthaltene Pyrrolizidinalkaloide hin. Deshalb sollte Huflattich nicht länger als 4 bis 6 Wochen im Jahr eingenommen werden. Zubereitung: 2 TL pro Tasse Wasser; 5-10 Min. ziehen lassen.	2,70	6,40
Ingwer gemahlen Ingwer ist eine schärfegebende Gewürz-Zutat zu Curries, Currypulvern, Chutneys und Saucen. Durch die süßliche Note auch beliebt als Gebäck, Kuchen, Likör, Punsch und Tee. Letzteres mit Honig genommen, wirkt besonders gut hustenlösend. Die Zingiberen und Gingerol haltige, frische oder getrocknete Wurzel, der aus Asien stammenden Pflanze, wird seit Jahrtausenden hoch geschätzt. Ingwer ist ein erwärmendes Gewürz, welches laut Ayurveda zur Stärkung von Agni (Verdauungsfeuer) dient, ohne dabei Pitta (Feuer/Wasserelement) anzuregen	3,50	8,30
Jasminblüten Ein Tee aus Jasminblüten wirkt wärmend und krampflösend, vor allem auf der emotionalen Ebene: Jasmin beruhigt und hebt gleichzeitig die Stimmung	3,50	8,30

Alle Preise in Euro, Änderungen vorbehalten

Tee de Cologne	100g	250 g
Jiao Gu Lan (oder Jiaogulan) Die auch "Unsterblichkeitskraut" genannte Pflanze in praktischer Kugelform. Ähnlich dem Ginseng hat diese Pflanze einen süß-herben und lakritzartigen Nachgeschmack und ist in Asien beheimatet. Eine Kugel (ca. 4 g) mit 1/2 Liter Wasser aufgießen, 2-3 Minuten ziehen lassen. Jiao Gu Lan ist nicht deutschlandweit als Lebensmittel zugelassen, wir verkaufen das Kraut deshalb nur zur äußerlichen Anwendung oder als Futtermittelzusatz!	6,80	16,20
Johanniskraut	3,00	7,10
Kakaoschalen Die Nebenprodukte der Schokoladenherstellung, die Kakaoschalen, sind mit ihren Inhaltsstoffen Theobromin, Koffein und Phenylethylamin vielfältig verwendbar. Sie sind als Stärkungs- und Heilmittel bekannt. Sie haben einen wundervollen Duft und eine anregende Wirkung. 1 TL pro Tasse, 10 Min. bedeckt ziehen lassen.	3,50	8,30
Kamille Kamille ist das beliebteste Volksheilmittel mit den verschiedensten Anwendungsgebieten, sowohl innerlich als auch äußerlich zu Umschlägen und Bädern, z. B. bei Verletzungen. Die äußerliche Wirkung ist desinfizierend, erweichend und schmerzlindernd. Innerlich wirkt sie in der Hauptsache schweißtreibend, erwärmend, krampfstillend, vor allem bei entzündlichen Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, und entzündungshemmend, u. a. bei Entzündungen der Haut und Schleimhaut. Auch bei Erkältungskrankheiten kann Kamille helfen, z.B. durch Inhalation der Dämpfe. Diese Anwendungen gelten außer für die Echte Kamille auch für die Römische Kamille (Anthemis nobilis). Heißer Aufguss: 1 Esslöffel voll Kamillenblüten mit einer Tasse siedendem Wasser übergießen und 5-10 Minuten bedeckt ziehen lassen. Als Aufguss für Umschläge wird die doppelte Menge Kamillenblüten verwendet, man lässt 15 Minuten ziehen. Für Bäder werden 50 Gramm Blüten in 1 Liter Wasser aufgekocht, 15 Minuten bedeckt stehengelassen, abgeseiht und ins Bad gegeben.	3,30	7,80

Tee de Cologne	100g	250 g
Kümmel, ganz bei Blähungen und Krämpfen im Magen-Darm-Bereich, unterstützend bei Leber- und Gallebeschwerden und nervösen Herz-Magen-Beschwerden, außerdem milchbildend. Zubereitung: 1 TL im Mörser zerstoßen, mit kochendem Wasser übergießen und bedeckt 10 Minuten ziehen lassen. Vor und zu den Mahlzeiten trinken.	1,50	3,60
Lavendel Lavendelblüten haben eine wohltuende beruhigende und schlaffördernde Wirkung. Sie werden vornehmlich in Teemischungen verwendet. Äußerlich bekannt als wohlriechendes Mittel zu Kräuterkissen und Bädern bei funktionellen Kreislaufstörungen. Heißer Aufguss: 1-2 Teelöffel Lavendelblüten mit einer Tasse Wasser heiß überbrühen und abgedeckt 5 Minuten ziehen lassen, abseihen. Abends 1-2 Tassen trinken. Als Badezusatz: 100 g Lavendelblüten auf 2 Liter heißes Wasser geben, kurz ziehen lassen, abseihen, oder 100 g Lavendelblüten mit 2 Liter Wasser kurz aufkochen, abseihen und das Konzentrat ins Badewasser geben.	3,00	7,10
Lindenblüten Lindenblüten gehören zu den bekanntesten Hausmitteln. Die schweißtreibende und krampflösende Wirkung machen sie zu einem beliebten Helfer bei mit Fieber verbundenen Krankheitszuständen, z.B. Grippe. Sie werden oft auch als Genussmittel getrunken. Wegen ihres Schleimstoffgehaltes sind sie auch bei Husten und Halsschmerzen zu empfehlen. Zubereitung 2 TL in einer großen Tasse mit kochendem Wasser aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen. 2-3 Tassen, mit Kandis oder Honig gesüßt, tagsüber möglichst warm trinken.	3,00	7,10
Löwenzahn Anregung der Leber zur Mehrproduktion von Gallenflüssigkeit, bei Gallensteinen, Steigerung der Harnmenge, Bittermittel bei Magensäuremangel, Blähungen und Völlgefühl. Zubereitung: 1-2 TL Löwenzahn mit 1/4 Liter kaltem Wasser ansetzen und erhitzen, 1 Minute kochen lassen und nach 10 Minuten abseihen.	2,50	5,90

Tee de Cologne	100g	250 g
Malve blau Die Malve ist eine Schleimdroge und wirkt reizlindernd und einhüllend und somit Bestandteil vieler Hustentees. Außerdem gebraucht man den Malventee als Linderungsmittel bei Entzündungen in Mund und Rachen, zum Spülen und Gurgeln und bei leichten Durchfällen. Hier wirken Schleim und Gerbstoff zusammen. Nicht zu verwechseln mit der Roten Malve (Hibiskusblüten)! Zubereitung: 2 gehäufte TL mit 1/4 lauwarmem Wasser übergießen und unter gelegentlichem Rühren 5 bis 10 Stunden ziehen lassen.	4,50	10,70
Melisse Neben der bekannten Verwendung als Nervenberuhigungsmittel und schlafförderndes Mittel werden Melissenblätter auch bei nervösen Magen- und Darmbeschwerden als krampfstillender, beruhigender Tee bereitet. Eine Salbe mit Melissenextrakt soll bei Herpes simplex helfen. Heißer Aufguss: 1 Teelöffel geschnittene Melissenblätter mit einer Tasse Wasser überbrühen und 10 Minuten bedeckt ziehen lassen; bis zu 2 Tassen tagsüber trinken.	3,00	7,10
Minze (Spearmint Blatt) Die aus Marokko stammende Minze (Nana-Minze) ist wegen ihres erfrischenden Geruchs und Geschmacks besonders im Sommer beliebt. Zubereitung: 1 Esslöffel pro Tasse Wasser; 10 Min. ziehen lassen	3,00	7,10
Mistel Der Tee der Mistel senkt den Blutdruck, wirkt krampflösend und kreislauffördernd und auch leicht abführend und harntreibend. Zubereitung: 4-6 TL Mistel in 3 Tassen Wasser kalt ansetzen, 6-10 Stunden ziehen lassen, abseihen, die Menge tagsüber schluckweise trinken.	2,00	4,80
Orangenblüten Orangenblüten sind von lieblich süßem Duft und eignen sich gut für die Verwendung in Räuchermischungen und Duftschalen- oder Säckchen. Als Tee aufgegossen vertreiben Orangenblüten schlechte Laune und sorgen für mehr Frohsinn. Die Blüten wirken beruhigend und krampflösend.	3,50	8,30

Tee de Cologne	100g	250 g
Pfefferminze (Blatt) Pfefferminze wirkt desinfizierend, beruhigend, kühlend und krampflösend, besonders auf den Magen-Darm-Kanal, außerdem anregend auf die Abscheidung der Verdauungssäfte, besonders der Galle. Zubereitung: 1 EL Pfefferminzblätter mit 1 Tasse Wasser aufbrühen, 5 Minuten ziehen lassen.	3,00	7,10
Ringelblumenblüten Innerlich wirken Ringelblumen mild abführend und krampflösend. Bedeutsamer ist die äußerliche Anwendung zur Reinigung verschmutzter Wunden und zur Förderung des Heilungsprozesses bei Geschwüren und Wunden sowie Entzündungen im Mund- und Rachenraum. Heißer Aufguss: 2 Teelöffel Ringelblumenblüten mit einer Tasse kochendem Wasser überbrühen und 10 Minuten in einem bedeckten Gefäß ziehen lassen, abseihen. Mit dem warmen Aufguss mehrmals täglich spülen oder gurgeln. Umschläge: Für Umschläge werden Leinentücher mit dem Aufguss getränkt und auf die Wunden gelegt. Die Umschläge werden mehrmals täglich gewechselt. Technik der Wickel Tinktur: Herstellung aus 10 Teilen Droge und 90 Teilen Alkohol-Wasser-Gemisch (20%). 2 Teelöffel dieser Tinktur werden auf 500 ml Wasser gegeben und dann für Umschläge oder zum Gurgeln verwendet.	3,00	7,10
Rosenblätter Rosen enthalten die Vitamine A, C und P und helfen beim Abbau von stressbedingter Müdigkeit, Schlaflosigkeit, Magenschmerzen und Nervosität. Rosenaufgüsse lindern außerdem Kopfschmerzen, Zahn- und Zahfleischschmerzen sowie Augen-, Ohren- und Halsschmerzen.	3,00	7,10

Tee de Cologne	100g	250 g
Salbeiblätter	2,50	5,90
Die Salbeiblätter enthalten bis zu 2,5 % ätherische Öle, die die bakterientötenden Eigenschaften des Salbei erklären. Aus diesem Grund lassen sich mit Salbeitee besonders wirksam Entzündungen im Mund- und Rachenraum, am Zahnfleisch und im Darm behandeln. Gleichzeitig wird Salbeitee bei Husten und Bronchitis eingesetzt, bei Blähungen wirkt er krampflösend. Bekannt ist auch die schweißhemmende Wirkung z.B. bei zu starkem Nachtschweiß. Diese tritt sowohl bei innerer Anwendung als auch äußerlich durch Abreibungen oder Bäder auf. Innerlich hilft Salbei bei Magen- und Darmstörungen. Die Volksmedizin sagt dem Salbei auch Wirkung bei Leber- und Nierenleiden nach. In der Schwangerschaft sollte Salbei nicht als Arzneimittel eingenommen werden. Heißer Aufguss: 1 Teelöffel zerkleinerter Salbeiblätter mit einer Tasse kochendem Wasser aufbrühen und 10 Minuten in einem abgedeckten Gefäß ziehen lassen, abseihen. Bei Verdauungsproblemen vor den Mahlzeiten eine Tasse trinken. Äußerlich: Zum Gurgeln/Mundspülen 2,5 g Droge (Heißen Aufguss bereiten) oder 2-3 Tropfen ätherischen Öles oder 5 g alkoholischer Aufguss auf ein Glas Wasser geben und mehrmals täglich gurgeln. Der unverdünnte alkoholische Auszug kann auch direkt auf die entzündeten Schleimhautpartien aufgetragen werden.		
Sanddornbeeren	3,50	8,30
Sanddornbeeren weisen einen ungewöhnlich hohen Vitamin-C-Gehalt auf. Zubereitung: 1 geh. EL in 1/2 Liter kaltem Wasser aufkochen lassen, 10-20 Min. ziehen lassen.		

Tee de Cologne	100g	250 g
Schafgarbe Als altbekanntes Hausmittel wird Schafgarbe bei Appetitlosigkeit, allen Verdauungsstörungen und bei Magen- und Darmkatarrh verwendet. Äußerlich helfen Schafgarben-Sitzbäder bei Unterbauchbeschwerden der Frau, die mit schmerzhaften Krämpfen im Beckenbereich einhergehen, feucht-warme Schafgarbentee-Wickel lindern bei chronischen Lebererkrankungen unangenehme Druck- und Völlegefühle im rechten Oberbauch. Tee: 2 Teelöffel Schafgarbenkraut oder -blüten mit einer Tasse kochendem Wasser aufbrühen, 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen. Bis zu 3 Tassen tagsüber trinken. Pflanzenpreßsaft: Mehrals täglich zu den Mahlzeiten 1 Esslöffel Saft einnehmen. Badezusatz: Für das Sitzbad: 100 g Schafgarbenkraut auf 20 l Wasser.	2,50	5,90
Spitzwegerich Spitzwegerich ist ein schleimlösendes und hustenlinderndes Mittel bei allen Erkältungserscheinungen. Die Anwendung ist besonders bei Kindern zu empfehlen, es gibt z.B. einen Sirup mit Spitzwegerich. Wegen des Gerbstoffgehaltes wirkt es appetitanregend. Spitzwegerich hilft bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum und äußerlich bei leichten entzündlichen Erkrankungen der Haut, da er Bakterien abtötet. Heißer Aufguss: 2 Teelöffel Spitzwegerichkraut mit einer Tasse kochendem Wasser aufbrühen und 5 Minuten ziehen lassen; täglich bis 3 Tassen mit Kandis reichlich gesüßt schluckweise trinken. Frischpflanzensaft: Die frischen Spitzwegerichblätter abspülen, auspressen und von dem Preßsaft 3x täglich 1-2 Esslöffel einnehmen.	2,50	5,90
Süßholzwurzel Zur Schleimlösung bei Bronchitis, Entzündungen im Magen-Darmbereich. Gegenanzeigen: Bluthochdruck, Lebererkrankungen, Schwangerschaft. Zubereitung: 1 TL pro Tasse Wasser, 5 Min. zugedeckt ziehen lassen.	2,00	4,80
Teufelskralle bei Arthrose, Gallenbeschwerden, Gelenkbeschwerden, Leberschwäche, Nierenschwäche, wirkt entzündungshemmend.	3,50	8,30

Tee de Cologne	100g	250 g
Thymian Die würzig riechenden Thymianblätter wirken bei Bronchitis und Keuchhusten. Durch den hohen Gehalt an ätherischen Ölen haben sie eine krampflösende, schmerzlindernde und beruhigende Wirkung. Äußerlich verwendet man sie zu Kräuterkissen bei Geschwulsten und Quetschungen. Tee: 2 TL Thymiankraut mit einer Tasse kochendem Wasser aufgießen, 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen. Mehrmals täglich eine Tasse trinken. Abkochung: 1 TL wird mit einer Tasse Wasser aufgekocht, 10 Minuten ziehen lassen. Einige Tassen voll tagsüber, mit Kandis reichlich gesüßt, teelöffelweise nehmen.	2,00	4,80
Weißdornblätter mit Blüten Weißdorn steigert die Durchblutung der Herzkranzgefäße und hebt das subjektive Befinden bei Patienten mit unregelmäßiger Herzrhythmus. Zubereitung: 1 gehäufte TL mit 1 Tasse Wasser aufbrühen, 5 Minuten ziehen lassen. Man trinkt täglich 2-3 Tassen warm und schluckweise, gesüßt mit Honig.	2,50	5,90
Zinnkraut (Schachtelhalm) Schachtelhalm wirkt harntreibend und blutstillend, ferner bei schlecht heilenden Wunden. Als Tee wird er gegen Wasserstauungen und mangelnde Harnabsonderung verwendet, äußerlich gegen Schweißabsonderung der Füße. Die Volksmedizin kennt noch viele weitere Anwendungsgebiete. Tee-Aufguss: 1 geh. TL mit 1 Tasse Wasser aufbrühen, 2-3 Minuten ziehen lassen.	2,50	5,90
Zitronengras geschnitten dieses Gras ergibt einen angenehmen und weichen Zitronengeschmack. Das zarte Aroma basiert auf dem hohen Gehalt an Zitrat, einem ätherischen Öl.	2,50	5,90