

## BIO 3 Kamillenblüten Eco 25 Filter

EAN: 8470003533539 FABRICANTE: BIO3



*Kamille wird traditionell als Aufguss zur Linderung von Verdauungsproblemen wie schwerer Verdauung und Sodbrennen verwendet.*

### DESCRIPCIÓN

#### Was ist Kamille?

Kamille, wissenschaftlich bekannt als **Chamaemelum nobile**, ist eine krautige Pflanze aus der **Familie der Korbblütler (Asteraceae)**. Aufgrund seiner zahlreichen **gesundheitsfördernden Eigenschaften** ist es weithin bekannt und wird sowohl in der traditionellen Medizin als auch in der Lebensmittelindustrie verwendet.

#### Vorteile der Kamille

##### Entzündungshemmende Eigenschaften

Kamille enthält Verbindungen wie Flavonoide und Terpenoide, die nachweislich entzündungshemmend wirken. Diese Verbindungen helfen, Entzündungen zu reduzieren und Muskel- und Gelenkschmerzen zu lindern.

##### Antioxidative Wirkung

Die in der Kamille enthaltenen Antioxidantien wie Flavonoide helfen, oxidativen Stress im Körper zu bekämpfen. Dies ist wichtig, um die Zellen vor Schäden durch freie Radikale zu schützen, die zu chronischen Krankheiten und vorzeitiger Alterung führen können.

##### Verdauungseigenschaften

Kamille ist für ihre positive Wirkung auf das Verdauungssystem bekannt. Es hilft, Magenbeschwerden zu beruhigen, den Säuregehalt zu reduzieren und Symptome von Verdauungsstörungen zu lindern.

##### Beruhigende und beruhigende Wirkung

Der Verzehr von Kamillenaufgüssen hilft, Angstzustände zu reduzieren, die Entspannung zu fördern und die Schlafqualität zu verbessern.

