

## BIO 3 Chamomile Flower Eco 25 Filter

EAN: 8470003533539

FABRICANTE: BIODÉS



Kamomill används traditionellt som en infusion för att lindra matsmältningsproblem, såsom tung matsmältning och halsbränna.

### DESCRIPCIÓN

#### Vad är kamomill?

Kamomill, vetenskapligt känd som **Chamaemelum nobile**, är en örtartad växt som tillhör familjen **Asteraceae**. Det är allmänt känt och används både inom traditionell medicin och i livsmedelsindustrin för dess många **fördelaktiga hälsoegenskaper**.

#### Fördelarna med kamomill

##### Antiinflammatoriska egenskaper

Kamomill har föreningar som flavonoider och terpenoider, som har bevisade antiinflammatoriska effekter. Dessa föreningar hjälper till att minska inflammation och lindra muskel- och ledvärk.

##### Antioxidanteffekter

De antioxidanter som finns i kamomill, såsom flavonoider, hjälper till att bekämpa oxidativ stress i kroppen. Detta är viktigt för att skydda cellerna från skador orsakade av fria radikaler, vilket kan leda till kroniska sjukdomar och för tidigt åldrande.

##### Matsmältningsegenskaper

Kamomill är känd för sina positiva effekter på matsmältningssystemet. Det hjälper till att lugna en orolig mage, minska surheten och lindra symtom på matsmältningsrubbningar.

##### Lugnande och lugnande effekter

Att konsumera kamomillinfusioner hjälper till att minska ångest, främja avslappning och förbättra sömnkvaliteten.

