



Rosmarin (Rosmarinus officinalis)

Als Küchenkraut ist Rosmarin schon seit dem Altertum geschätzt.

Nicht umsonst ist Rosmarin aus der mediterranen Küche nicht mehr wegzudenken, seine heilenden Inhaltsstoffe haben eine große Wirkung auf unseren Organismus.

Als Gewürz verfeinert er Fleisch und Fisch und beugt Blähungen und Völlegefühl vor.

Äußerlich regt Rosmarin die Durchblutung an und kurbelt den Kreislauf an. Ein Bad mit Rosmarin wirkt belebend und gleichzeitig entspannend bei Muskelkrämpfen.

Wussten Sie, dass Rosmarin ein Symbol für Liebe und Treue ist?

Schon im antiken Griechenland wurde Rosmarin der Liebesgöttin Aphrodite geweiht. Ein alter Brauch versprach eine glückliche Ehe, wenn das Paar ein Sträußchen Rosmarinzwige bei sich trug.

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe sind:

- Thymol
- Kampfer
- Cineol
- Salicylate, Saponine

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe wirken:

- kreislaufanregend
- unterstützend bei rheumatischen Erkrankungen
- entzündungshemmend
- krampflösend
- durchblutungsfördernd

NUAD® Rosmarinbad

Zutaten:

50 Gramm Rosmarinblätter

1 Tasse heißes Wasser

10 Tropfen NUAD Öl®

Rosmarin mit heißem Wasser übergießen und abgedeckt 15–30 Minuten ziehen lassen.

Ins laufende Badewasser geben, 10 Tropfen NUAD Öl® und 1 TL Honig dazugeben.

Rosmarin hat eine kreislaufanregende Wirkung und wird zur Unterstützung bei rheumatischen Erkrankungen empfohlen.

NUAD® Rosmarin Massageöl - bei Rückenschmerzen und Muskelkater

30 ml NUAD Öl®

1-2 Zweige Rosmarin

Rosmarinblätter vorsichtig abtrennen und in 30-60ml NUAD Öl® einlegen. Das Glas zugedeckt ca. 4 Wochen stehen lassen.

Hinweis: Rosmarin enthält ätherische Öle und darf nicht bei Säuglingen, Kleinkindern, Schwangeren angewendet werden. Bei Hautleiden, Herzschwäche, Krampfadern oder Fieber fragen Sie bitte Ihren Arzt nach der genauen Dosierung von Rosmarin.

Wenn Sie Fragen haben, zögern Sie nicht uns persönlich zu kontaktieren oder fragen Sie Ihren Arzt/Apotheker.



NUAD® Ein Tropfen bewegt Ihre Welt

Nuad - OneForLove GmbH

Kapellenweg 19 - D-84347 Pfarrkirchen - Tel.: +49-8561-3033711/12 - Fax: +49-8561-3033713
info@oneforlove.de www.oneforlove.de