

ECHTER Salbei - (*Salvia officinalis*)



Nur der „Echte Salbei“ auch Garten-, Küchen und Heilkraut genannt, wird in unseren Küchen und natürlich in der Pflanzenapotheke verarbeitet. Sein Name sagt alles: salvare = heilen; salvus = gesund sein! Nicht umsonst war die medizinische Wirkung von Salbei schon in der Antike bekannt.

Die pflanzlichen Wirkstoffe sind ätherische Öle:

- Thujon*
- Cineol
- Borneol

Neben Kampfer ist Salbei noch reich an Gerb- und Bitterstoffen, Glykoside und Säuren sowie eine östrogen-wirkende Substanz.

Der Ziersalbei oder auf unseren Wiesen blühende Wiesensalbei enthalten keine ätherischen Öle.

Die pflanzlich heilende Wirkstoffe wirken:

- krampflösend
- schmerzstillend
- entzündungshemmend
- antibakteriell
- blutreinigend
- magenstärkend

Heilkraut mit pflegender Wirkung Salbei hilft gegen fettige, unreine und zu Entzündungen neigender Haut. Salbei reduziert die übermäßige Talgproduktion und beugt Bakterien bei Pickeln vor.

NUAD® Gesichtswasser für unreine und fettige Haut

Zutaten:

75ml Mineralwasser oder destilliertes Wasser

1 TL Salbeiblätter

Salbeiblättern mit heißem Wasser brühen, 20 Minuten ziehen lassen und abseihen.

In eine Glasflasche füllen, kühl und dunkel lagern. Wattepad befeuchten und damit morgens und abends sanft übers Gesicht streichen.

NUAD® Inhalation/Dampfbad für ein klärendes Hautbild

Zutaten:

1 Schüssel heißes Wasser, 2 Tropfen NUAD Öl® und 2 EL Salbeiblätter dazu geben.

Wichtiger Hinweis: Der Echte Salbei enthält Thujon, ein Nervengift, welches in sehr hohen Dosen zu Halluzinationen führen kann. Allerdings ist Thujon nur sehr schwer wasserlöslich und enthält nur geringe Spuren davon im Salbeitee. Ebenso enthält Salbei östrogenartige Verbindungen: Kleine Kinder, Schwangere und stillende Mütter sollten deshalb keinen Salbeitee trinken. (Außer zum Abstillen)

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