

## Ašvaganda – Ashwagandha kořen mletý 100g



Duševní a kognitivní činnost. Koncentrace, únava. Duševní zdraví a relaxace. Normální činnost kardiovaskulárního systému. Energie - vitalita - svaly - výdrž. Stres & spánek. Omlazení. Normální funkce reprodukčního systému.

**Číslo produktu: 100g, 99,00 Kč**

Prodejní cena se slevou

CENA (S DPH): 99,00 Kč

Sleva

[Ask a question about this product](#)

Výrobce [World Herbs](#)

---

**Suššené, velmi jemně mleté kořeny** (pudr, prášek) vitánie snodárné, neboli ašvagandy (*Withania somnifera* L.). Někdy také tato bylina bývá označována jako **indický ženšen**.

**Ashwagandhá (vitánie - withanie - witánie) snodárná (opojná), (Withania somnifera, čeleď lilkovité - Solanaceae, SK: Ašvaganda koreň)**. Patří mezi adaptogeny s imunomodulačním účinkem. Napomáhá při dlouhodobém vyčerpání a při nespavosti. Obsahuje velké množství minerálů, zejména železa. Působí protistresově.

**Ašvaganda** je základní stimulační tonikum indické Ájurvédy, která ji používá při slabostech těla i mysli.

**Zdravotní tvrzení** týkající se této léčivé rostliny ve formulaci předložené Evropské komisi ke schválení (on hold): **Duševní a kognitivní činnost. Koncentrace, únava.** Duševní zdraví a relaxace. Normální činnost **kardiovaskulárního systému. Energie - vitalita - svaly - výdrž. Stres & spánek. Omlazení.** Normální funkce **reprodukčního systému.** Normální funkce dýchacího systému. **Normální stav pokožky.** Antioxidant.

Nařízení ES 1924/2006 o zdravotních tvrzeních a 1169/2011 o léčebných tvrzeních nám neumožňuje na těchto stránkách uvádět více informací k této léčivé rostlině. Více informací získáte ze seriózních volně dostupných zdrojů na internetu a z kvalitní literatury.

**Tradiční užití:** Půl čajové lžičky 3 - 5 g mletého kořene rozmícháme ve vodě a vypijeme. Užíváme 2x denně, nejlépe 20 minut po jídle, přičemž první dávku doporučujeme užít v dopoledních hodinách, druhou dávku pak nejpozději do 17 hod. Tonifikační účinky má 5 g suché rozemleté drogy uvařené v mléce nebo vodě s medem, odvar se užívá 2x denně.

**Tip na přípravu:** Požadované množství nejprve vložíme do sklenice, přidáme pouze 2x více vody, nežli je obsah prášku, a rozmícháme na hustou pastu. Tuto pastu již libovolně rozředíme tekutinou. Tímto způsobem, nevznikají hrudky. Prášek dokonale rozmícháte i s pomocí Shakeru. Země původu: Indie

Surovina pro přípravu bylinného čaje - nálevu

---