



## ZRÓB TO SAM

*Flos Campsis*



### FISZKA

*przepis na zdrowie*



### KWIAT MILINU

#### Działanie

- Obniżające poziom glukozy we krwi
- Przeciwdepresyjne
- Przyspieszające gojenie ran
- Przeciwświądowe
- Przeciwzakrzepowe
- Przeciwgorączkowe
- Korzystne w leczeniu zaburzeń autoimmunologicznych

#### Napar z kwiatów milinu – *Infusum Campsis*

1,5-2 g surowca zalać 200 ml wrzącej wody. Parzyć pod przykryciem 20 minut. Pić 100 ml 2-4 razy dziennie. Można stosować do przemywania skóry trądzikowej oraz ze zmianami swędzącymi. Kurację kontynuować co najmniej 3 tygodnie, przy czym po tygodniu stosowania wypijać filiżankę naparu 2 razy dziennie.

#### Nalewka ze świeżych kwiatów milinu – *Freshtinctura Campsis*

100 g świeżych kwiatów zalać 1000 ml alkoholu etylowego 60% lub wina białego wytrawnego. Macerować 1 miesiąc. Nalewkę na etanolu zażywać 1-2 razy dziennie po 5 ml w 100 ml wody, natomiast nalewkę na winie po 25 ml, jako środek przeciwdepresyjny. Można łączyć z preparatami szafranu i dziurawca w profilaktyce i leczeniu depresji.

