

Zistrosentee Wirkung

 zistrosentee.com/wirkung/

Es gibt viele Meinungen über die Zistrosentee Wirkung, die einen glauben an eine Heilwirkung und andere wiederum nicht. Ich persönlich glaube an die polyphenole Zistrosentee Wirkung und trinke seit nunmehr 5 Jahren täglich Zistrosentee. Ich war in der gesamten Zeit nur 1 mal leicht erkältet und fühle mich pudelwohl. OK, ich weiß das die Zistrose keine Wunderheilmittel ist wie sie von manchen dargestellt werden. Solche Verkäufer versprechen einen das blaue vom Himmel und der Zistrosentee Trinker ist enttäuscht. Ich für meinen Teil trinke, wenn ich die Wahl hätte, lieber einen Zistrosentee als einen anderen Tee. Um zu wissen was bei der Zistrose wirken könnte muss man erst wissen was drin ist: Neben den Harzen enthält die Zistrose auch ätherische Öle wie zum Beispiel Borneol, Cineol, Eugenol, Ledol und Polyphenole.



Mein Buchtip zum anklicken:

Wunderpflanze Zistrose: Die unglaublichen Heilerfolge mit Cystus

- **Author:** Christopher Weidner
- **ehem. Preis:** EUR 9,95
Preis: EUR 9,90 (am 2016/06/29 21:09)
- **Erstveröffentlichung:** 2011/09/29
- **Verkaufsrang:** #24,268
- **Broschiert** 96 Seiten
- **ISBN-10** 3864450136
- **ISBN-13** 9783864450136
- **Verlag:** Kopp Verlag



Zistrosentee Wirkung: Was denn nun?

Neben den oben genannten Ölen enthält die Zistrose auch wertvolle Polyphenole, die der Zistrosenstrauch wegen Frassfeinde bildet. Die Kretische Zistrose auch Cistus Creticus genannt hat am meisten davon, und auch nur die guten langkettigen Polyphenolen.

Info: Polyphenole haben eine antivirale und antioxidative Wirkung und können sogenannte freie Radikale binden, und somit Zellen vor Zerstörung schützen.

Freie Radikale entstehen bei bestimmten Stoffwechselprozessen oder durch eine intensive Sonnenbestrahlung. Auch beim Sport oder durch harte Arbeit wird der Stoffwechsel angeregt und freie Radikale entstehen. Der Körper nimmt Sauerstoff auf und die im menschlichen Organismus enthalten freie Radikale sind dabei extrem reaktionsfreudig. Das heißt sie klauen anderen Molekülverbindungen Elektronen und verwandeln diese in freie Radikale um. Dadurch wird man angreifbarer gegen virale Angriffe von außen.

Wie wirken Polyphenole? Polyphenole bilden einen Schutzfilm um ein virales Protein und verhindern somit die Anheftung eines Virus.

Welche Zistrosen Wirkung/en gibt es denn?

Welche Zistrosen Wirkung es auf den menschlichen Körper gibt hängt natürlich von vielen Faktoren ab. Um einige zu nennen was anderen Menschen und teilweise auch mir dem Zistrosentee zugesprochen wird sind: hat eine antioxidative Wirkung, bindet freie Radikale, Gefäßstabilisierend, stärkt das Immunsystem, kann bei Insektenstichen helfen, kann bei Rheuma, Arthritis und Gicht helfen, kann bei Ausschläge helfen, kann gegen Hautkrankheiten wie Krätze oder Neurodermitis helfen.

Des weiteren soll Zistrosentee dieAufnahmefähigkeit von Medikamenten verbessern, schleimlösend und bakterizid in der Lunge und den Nebenhöhlen wirken und wirkt schmerzstillend, entzündungshemmend und antibakteriell.

Zistrosentee in der Schwangerschaft?

Diese Frage kann ich hier auch beantworten. Nach Rücksprache mit einem Frauenarzt oder einer Hebamme darf Zistrosentee während der Schwangerschaft getrunken werden. Achten Sie aber darauf das es BIO ist und das Sie nicht mehr als 1 Tasse am Tag trinken. Bio Zistrosentee wird kontrolliert geerntet und vermieden diesen zu häufig zu ernten da sonst die Zistrose Pyrrolizidinalkaloide bildet, die schädlich sein können. Ich empfehle hier den [Zistrosentee von Naturherz](#)* weil dieser Anbieter seinen Bio Zistrosentee in einen deutschen unabhängigen Labor auf verschiedene Pestizide usw. testet.

Besucher bewerteten diesen Artikel mit:

* = Amazonlink