

DE VERSE PLANTENEXTRACTEN

“Ladrôme”

UITERLIJK

TUINGOUDSBLOEM (Calendula Officinalis)

Beschermt en herstelt de huid

De mooie, geeloranje Goudsbloem werd veel gebruikt in het Oude Griekenland, India en Rusland. Het is de topplant in de natuurlijke huidverzorging.

Eigenschappen

Uitermate geschikt voor uitwendige huidverzorging – Ondersteunt het herstellende vermogen van huid.

BLAASWIER (Fucus Vesiculosus)

Betere stofwisseling, hulp bij afslanken

Blaaswier treft men in het ondiep zeewater van Noord-Atlantische kusten. Door de rijkdom aan jodium en oligo-elementen stimuleert ze de stofwisseling.

Eigenschappen

Verhoogt de vetverbranding en vermindert het honger gevoel – Ondersteunt bij afslanken.

WAARSCHUWING

LANGDURIGE INNAME VERMIJDEN, NIET GEBRUIKEN BIJ EEN OVERACTIEVE SCHILDKLIER!

ALFALFA (Medicago Sativa)

Bron van waardevol eiwit en mineralen

Alfalfa of Luzerne, behorende tot de klaverfamilie, haalt dankzij een diep wortelsysteem heel wat waardevolle voedingsstoffen uit de bodem.

Eigenschappen

Uitzonderlijke voedingswaarde – Versterkt haren en nagels – Helpt bij vermoeidheid en verhoogt de eetlust.

ECHTE SALIE (Salvia Officinalis)

Een veelzijdige plant

Echte Salie (van het Latijn “salvare”, “redden”), is afkomstig uit het Middellandse Zeegebied. Door de talrijk eigenschappen ervan dacht men vroeger met Salie in zijn tuin een oplossing voor alle problemen te hebben.

Eigenschappen

Bevordert een normale en regelmatige maandelijkse periode – Helpt bij overmatig transpireren – Verzachtende invloed op de mond- en keelholte in gorgeldranken – Bevordert de spijsvertering.

Waarschuwing

NIET TE GEBRUIKEN DOOR ZWANGERE OF ZOGENDE VROUWEN!

GEWONE SMEERWORTEL (Symphytum Officinale)

Voedt en beschermt de huid

De Gewone Smeerwortel vindt men algemeen in Europa, behalve op warme en droge plaatsen. De Latijnse naam "symphytum" is afgeleid van "symfuō", wat betekent "laten samengroeien".

Eigenschappen

Ondersteunt het herstellende vermogen van de huid – Verzorgt ruwe en schrale huid.

DRIEKLEURIG VIOOLTJE (Viola Tricolor)

Zuivert de huid

Het Driekleurig Viooltje is algemeen verspreid in Europa en wordt in menig tuintje gekweekt. Traditioneel wordt het sinds lang gebruikt bij huidproblemen.

Eigenschappen

Zuivert de huid – Verzorgt een jeugdige probleemhuid.

CIRCULATIE

DASLOOK (Allium Ursinum)

Goed voor bloeddruk en cholesterolspiegel

Deze mooie bosplant groeit op vochtige en schaduwrijke gronden. Zoals de andere looksoorten wordt Daslook ook als kruidenrij in de Mediterrane keuken gebruikt.

Eigenschappen

Gunstig voor het behoud van een normale bloeddruk – Helpt bij de verlaging van het cholesterolgehalte – Houdt de vaten soepel en schoon – Bevordert de spijsvertering en een goede darmflora.

WITTE PAARDEKASTANJE (Aesculus Hippocastanum)

Voor behoud van jonge aderen en lichte benen

Vroeger werd de Paardekastanje nogal eens gebruikt om hoest bij het vee te bedaren. Tegenwoordig is vooral het positieve effect op de doorstroming van de benen gekend.

Eigenschappen

Zorgt voor het behoud van soepele aderen – Goed voor de circulatie in de benen – Verlichtend bij zware, vermoeide benen.

EENSTIJLIGE MEIDOOORN (Crataegus Monogyna)

Ondersteunt de circulatie en de hartwerking

Deze struik tot lage boom, die men vooral aantreft langs wegen en in heggen, draagt witte bloempjes die rond september rode steenvruchtjes opleveren.

Eigenschappen

Gunstige werking op het hart – Goed voor de bloeddruk – Bevordert de nachtrust bij geestelijke druk.

GINKGO, JAPANSE TEMPELBOOM (Ginkgo Biloba)

Verbeterd het geheugen en concentratievermogen

Afkomstig uit het oosten, wordt deze prachtige Tempelboom vaak een levend fossiel genoemd, omdat hij in de loop der tijden onveranderd is gebleven.

Eigenschappen

Bevordert de doorstroming in het hoofd – Goed voor het geheugen (ouderen, studenten) – Verbeterd de concentratie.

AMERIKAANSE TOVERHAZELAAR (Hamamelis Virginiana)

Esthetische verzorging van spataderen

Noord-Amerikaanse Indianen gebruiken twijgen van de Toverhazelaar om naar water te zoeken en maakten van de schors een remedie voor rode ogen.

Eigenschappen

Bevordert de doorstroming in de benen – Verbeterd het comfort van de benen – Verzorgt uitwendig spataderen.

CITROENGELE HONINGKLAVER (Melilotus Officinalis)

Verlicht zware en lome benen

In de Oude Griekse cultuur werden al pleisters van Honingklaver gemaakt. Tegenwoordig wordt het vooral gebruikt om de doorstroming te bevorderen.

Eigenschappen

Goed voor de circulatie in de benen – Verlicht zware benen.

Waarschuwing

NIET GEVEN AAN PERSONEN MET EEN SLECHTE BLOEDSTOLLING!

MARETAK (Viscum Album)

Voor het behoud van een gezonde bloeddruk

De Maretak, een parasitair dwergstruikje, werd in de oudheid als heilig beschouwd. Bij ons wordt hij tijdens het eindejaar als geluksbrenger aanzien.

Eigenschappen

Goed voor de bloeddruk – Gunstige invloed op de circulatie.

SPIJSVERTERING

MARIADISTEL (Silybum Marianum)

Ondersteunt de leverreiniging, beschermt de lever

Deze wondermooie Mariadistel, die houdt van zonnige droogte, heeft zich vanuit Zuid-Europa noordwaarts verspreid tot zelfs in Denemarken.

Eigenschappen

Ondersteunt de reinigende werking van de lever – Beschermt tegen de gevolgen van onevenwichtige voeding, alcohol en schadelijke stoffen – Bevordert de spijsvertering.

ARTISJOK (Cynara Scolymus)

Goed voor de lever en de galfunctie

De Artisjok ontstond uit de kardoen, een Mediterrane eetbare distelsoort die door Grieken en Romeinen als groente werd geteeld.

Eigenschappen

Goed voor de lever en de galfunctie – Bevordert de spijsvertering (vooral van vetten) – Goed voor de cholesterolspiegel.

ECHTE KAMILLE (Matricaria Recutita)

Verzacht de maag en bevordert de spijsvertering

Kamille is tijdens de bloeiperiode gemakkelijk te herkennen aan zijn margrietachtige bloempjes met witte blaadjes rond een oranjegele kegel.

Eigenschappen

Goed voor een normale maagfunctie en zuurtegraad – Bevordert en verzacht de spijsvertering – Ontspant bij rusteloosheid – Verzacht uitwendig de geprikkelde huid.

BASILICUM (Ocimum Bacilicum)

Bevordert en ontspant de spijsvertering

Oorspronkelijk uit India, wordt Basilicum nu in alle gematigde warme streken verbouwd als aromatisch kruid. Pasta's vleeschotels, kaas- en vooral tomaatgerechten worden ermee op smaak gebracht.

Eigenschappen

Bevordert de spijsvertering – Goed voor een normale maagfunctie en darmassage – Ontspannend bij spanningsverschijnselen in de spijsvertering.

TORMENTIL (Potentilla Erecta)

Helpt ontlasting in te dikken

Tormentil is inheems in Noord-Europa en West-Azië. Reeds vanaf de 16^{de} eeuw werd ze gebruikt voor een goede darmfunctie.

Eigenschappen

Helpt bij het opnemen van vocht uit de darmen – Bevordert een normale darmassage – Vertraagt bij te snelle darmassage.

RAMENAS (Raphanus Sativus var. Niger)

Goed voor gal- en darmfunctie

De Ramenas of zwarte radijs is van oosterse afkomst en werd rond de 13^{de} eeuw in onze streken geïntroduceerd. In het oud Egypte werd ze al gebruikt als plantaardige remedie.

Eigenschappen

Goed voor de galfunctie en leverwerking – Bevordert de darmperistaltiek.

SPIEREN EN GEWRICHTEN

HEERMOES (Equisetum Arvense)

Mineralenbron bij uitstek, voor sterke botten

Heermoes houdt van vochtige en zandige gronden. Hij wordt vanwege zijn sterk vertakte stengel ook "paardestaart" genoemd en is heel rijk aan silicium en andere mineralen.

Eigenschappen

Zorgt voor het behoud van sterke botten – Ondersteunt de groei bij jongeren – Versterkt haren en nagels.

DUIVELSKLAUW (Harpagophytum Procumbens)

Voor soepele spieren en gewrichten

Deze Zuid-Afrikaanse woestijnplant dankt de naam “Duivelsklauw” aan zijn houtige, van weerhaken voorziene vruchten. Inboorlingen gebruiken van oudsher de bijwortels ter verlichting van gevoeligheid.

Eigenschappen

Voor het behoud van soepele gewrichten – Verzorgt stramme en stijve spieren en gewrichten.

ZWARTE BES (Ribes Nigrum)

Houdt gewrichten soepel

De Zwarte Bessenstruik is van Noord-Europese oorsprong en wordt veel gecultiveerd in de Bourgognestreek. De bessen zijn erg in trek als taartvulling, om cassislikeur of jam van te maken.

Eigenschappen

Bevordert de eliminatie van urinezuur – helpt gewrichten soepel te houden.

MOERASSPIREA (Filipendula Ulmaria)

Vrij en vlot bewegen

Deze “koningin der weide” kleurt met zijn crèmekleurige bloemen vochtige gronden van mei tot juli. Ze is rijk aan salicylaten en de huidige aspirine dankt zijn naam aan de oude botanische naam “Spirea”.

Eigenschappen

Verlicht stramme spieren en houdt gewrichten soepel – Ondersteunt de natuurlijke vochtbalans.

ONTSPANNING

PASSIEBLOEM (Passiflora Incarnata)

Ontspant en bevordert nachtrust

Noord-Amerikaanse Indianen gebruikten deze tropische klimplant als tonicum. Tegenwoordig heeft ze vooral faam als rustgevende plant.

Eigenschappen

Maakt minder stressgevoelig – Bevordert een natuurlijke slaap.

SINT JANSKRUID (Hypericum Perforatum)

Voor een goede gemoedstoestand en positieve instelling

Sint-Janskruid werd al ten tijde van de kruistochten gebruikt ter verzorging van de huid. Tegenwoordig is vooral het gunstige effect op de geestelijke balans (door het hypericine) gekend.

Eigenschappen

Opbeurend wanneer men neerslachtig is – Goed voor de geestelijke veerkracht – Ontspant en bevordert de nachtrust.

Waarschuwing

VRAAG AAN UW ARTS OF APOTHEKER BIJ GELIJKTIJDIG GEBRUIK VAN MEDICIJNEN!

CITROENMELISSE (Melissa Officinalis)

Ontspant lichaam en geest

Oude Grieken en Romeinen gebruikten Citroenmelisse al wanneer men moedeloos was. Karmelieten maakten Citroenmelissewater om de spijsvertering te stimuleren.

Eigenschappen

Ontspant bij geestelijke druk, maakt positiever – Bevordert een natuurlijke gezonde nachtrust – Stimuleert de spijsvertering bij stress.

ECHE VALERIAAN (Valeriana Officinalis)

De natuurlijke rustgever, bevordert een goed nachtrust

Valeriaan ontleent zijn naam aan het Latijnse “valere”, dat staat voor “gezond zijn”. Het is een belangrijke rustgevende plant.

Eigenschappen

Ontspant na geestelijke druk en inspanning – Bevordert een natuurlijke, gezonde nachtrust – Houdt de geest helder.

ZUIVERING

GULDENROEDE (Solidago Virgaurea)

Ondersteunt de nierfunctie

Noord-Amerikaanse Indianen gebruikten al familieleden van deze stralende gele bosplant, onder andere om de keel te verzachten en de huid te verzorgen bij insectensteken.

Eigenschappen

Ondersteunt de nierfunctie – Bevordert een goede vochthuishouding – Helpt bij het behoud van soepele spieren en gewrichten.

BEREDRUIF (Arctostaphylos uva-ursi)

Voor een goede blaasfunctie

Beredruif is een houtig dwergstruikje met kruipende takken dat glanzende rode besjes draagt. Noord-Amerikaanse Indianen gebruikten het ondermeer bij irritaties van de huid.

Eigenschappen

Ondersteunt de afweer van en zuivert de blaas – Staat in voor een goede blaasfunctie.

PAARDEBLOEM (Taraxacum Officinale)

Lichaamsreinigend, ondersteunt lever en nieren

De Paardebloem met zijn herkenbare gele lintbloemen is algemeen verspreid. Naast het verwerken van het blad in salades en het branden van de wortel tot koffiesurrogaat, werden vroeger ook al de zuiverende eigenschappen aangewend.

Eigenschappen

Zuivert het organisme en helpt bij voorjaarsmoeheid – Staat in voor een goede vochtbalans – Goed voor de lever en de galfunctie – Bevordert de eetlust.

GROTE BRANDNETEL (*Urtica Dioica*)

Ontzuurt en zuivert het organisme

Naargelang de streek wordt de brandnetel verwerkt in salade en soep of als spinazie gegeten. Door de rijkdom aan ijzer en andere mineralen heeft ze sinds lang vele toepassingen.

Eigenschappen

Zuivert het organisme, ondermeer van urinezuur – Helpt bij voorjaarsmoetheid en herstel na ziekte – Zuivert de huid – helpt gewrichten soepel te houden – Zogdrijvend.

EVENWICHT

GEWOON DUIZENDBLAD (*Achillea Millefolium*)

Bevordert een normale maandelijkse periode

Duizendblad herkent men aan zijn langwerpige, fijn gevederde bladeren. De botanische naam ervan is afgeleid van de Griekse veldheer Achilles, die het gebruikte bij de huidverzorging van zijn soldaten.

Eigenschappen

Zorgt voor een normale maandelijkse periode – Hulp bij overgangsverschuinselen – Goed voor een normale maagfunctie en zuurtegraad.

SPITSLOBBIGE VROUWENMANTEL (*Alchemilla Vulgaris*)

Voor een normale periode en overgang

Vrouwenmantel vindt men vooral op bergflanken en grasvlakten. De Latijnse naam verwijst naar de alchemisten die dauwdruppels op het cirkelvormige blad als heel waardevol beschouwden.

Eigenschappen

Bevordert een normale en regelmatige maandelijkse periode – Hulp voor de vrouw, na de bevalling en tijdens de overgang.

KLEINBLOEMIG WILGENROOSJE (*Epilobium Parviflorum*)

Ondersteunt een gezonde prostaafunctie

Deze aantrekkelijke plant met helderroze tot rode bloemen treft men op zandige en vochtige gronden.

Eigenschappen

Goed voor de prostaafunctie bij de ouder wordende man.

WEERSTAND

RODE ZONNEHOED (*Echinacea Purpurea*)

Stimuleert de natuurlijke weerstand

Echinacea was oorspronkelijk een mooie prairieplant, door Noord-Amerikaanse Indianen aangewend om zijn weerstandsverhogende eigenschappen. Tegenwoordig wordt ze wereldwijd gekweekt en gebruikt.

Eigenschappen

Verhoogt de weerstand van het organisme – Ondersteunt de afweer bij winterse problemen.

GROVE DEN (Pinus Sylvestris)

Verzachtend op de luchtwegen

De Grove Den, wijd verspreid in heuvelachtige gebieden van het noordelijke halfrond, wordt als de meest waardevolle naaldboom beschouwd: economisch omwille van het hars en medicinaal omwille van de bladknoppen en naalden.

Eigenschappen

Verhoogt de weerstand van de luchtwegen – Verzachtende invloed op de luchtwegen – Helpt vrijer te ademen.

ECHTE TIJM (Thymus Vulgaris)

Verhoogt de weerstand van de luchtwegen

De typische Provençaalse en aromatische plant, sterk geapprecieerd in de mediterrane keuken, is tevens bekend om haar gunstige eigenschappen op het organisme.

Eigenschappen

Verhoogt de weerstand van het organisme – Bevordert de afweer van de luchtwegen – Verzachtend bij geprikkelde keel en luchtwegen – Helpt vrijer te ademen.

VITALITEIT

SIBERISCHE GINSENG (Eleutherococcus Senticosus)

Voor lichamelijke en geestelijke veerkracht

Eleutherococcus, winterhard en groeiend op vochtige en rijke grond, wordt vanwege zijn afkomst en zijn stimulerende eigenschappen ook wel Siberische Ginseng genoemd.

Eigenschappen

Gunstige invloed op de gehele gezondheid – Verhoogt het uithoudingsvermogen – Verhoogt de weerstand tegen stress en vermoeidheid – Verbetert geheugen en concentratie.

GINSENG (Panax Ginseng)

Bevordert het lichamelijke en geestelijke prestatievermogen

De Ginsengwortel, sinds eeuwen in China en Korea als tonicum gebruikt, is één van de meest populaire planten geworden van de 20^{ste} eeuw.

Eigenschappen

Verhoogt de weerstand tegen ongunstige invloeden – Helpt prestaties te verbeteren bij geestelijke druk en lichamelijke inspanning – Vergroot het uithoudingsvermogen – Helpt bij vermoeidheid.