

# FYTO-AROMATISCHE COMPLEXEN

## “Ladrôme”

### WEERSTAND

#### IMMUNODROME: Weerstandsverhogend

**Hoe komt het dat sommigen zonder kleerscheuren de herfst- en winterperiode doorkomen, terwijl anderen haast constant lopen te snotten en kuchen? Het verschil ligt hem in de sterkte van ons afweervermogen of immuunsysteem. Met IMMUNODROME kunnen we dit op een natuurlijke manier stimuleren.**

#### Plantenextracten

**Rode zonnehoed (Echinacea purpurea):** deze hemelsmooie plant met purperrode bloemhoofdjes, werd eeuwen terug al door Noord-Amerikaanse Indianen gebruikt om het immuunsysteem in staat van paraatheid te brengen. Dankzij een complexe samenstelling wordt namelijk het lichaamseigen afweervermogen op verschillende niveaus versterkt tegen het binnendringen van vreemde kiemen.

**Katsklauw (Uncaria tomentosa):** is een klimplant uit de hooglanden van het Amazonewoud met gebogen doornen die lijken op een kattennagel. Zuid-Amerikaanse Indianen gebruikten al lang voor ons de weerstandsverhogende werking van de bast. Die verhoogt merkbaar de activiteit van de witte cellen bij het opruimen van vreemde indringers.

#### Propolis

Deze wasachtige substantie maken bijen aan uit hars dat ze verzamelen uit knoppen van bomen. Het dient om de bijenkolonie te beschermen tegen binnendringende kiemen, insecten en vreemde substanties. Ook bij de mens ondersteunt propolis, vooral door zijn hoge gehalte aan bioflavonoiden, het immuunsysteem.

#### Etherische olie

De etherische olie van **Tea Tree (Melaleuca alternifolia)** wordt door de geurige, naaldvormige bladeren van een kleine boom, die inheems is in moerassige gebieden van Australië. De originele bewoners van Australië, de Aboriginals, gebruiken de weerstandsverhogende Tea Tree al duizenden jaren om zich te beschermen.

### WEERSTAND

#### RESPIRADROME: Vrij ademen

**Sigarettenrook, luchtvervuiling, airconditioning, barre weersomstandigheden en vreemde kiemen kunnen onze luchtwegen belagen. Met weerstandverhogende en verzachtende plantenextracten, zoals in RESPIRADROME, kunnen we de prikkel verzachten en vrijer ademen.**

#### Plantenextracten

**Eucalyptus (Eucalyptus globulus):** een grote welriekende en sierlijke boom, is inheems in Tasmanië (Australië). De sikkelvormige, glanzende bladeren ervan zijn rijk aan een etherische olie die de weerstand van de luchtwegen verhoogt en ons helpt vrijer te ademen.

**Smalbladige weegbree (Plantago lanceolata):** met zijn lange, geribde bladeren, is een gekend kruid langs onze wegen. Hij oefent vooral een verzachtende invloed uit op de luchtwegen en vermindert hierdoor een vervelende kriebel.

**Echte tijm (Thymus vulgaris):** een struikje met kronkelige takjes en grijsgroene blaadjes, is een gekend aromatisch keukenkruid. Het ontspant tevens de luchtwegen en verhoogt de weerstand ervan.

**Gewone vlierbloesem (Sambucus nigra):** deze vlakke, witte bloementuilen die naderhand zwarte vlierbessen opleveren, worden sinds mensenheugenis gebruikt om de slijmvliezen van de luchtwegen te verzorgen en te verzachten.

### **Etherische olie**

**Oregano (Origanum compactum Bentham):** de bloeiende toppen van deze overblijvende struik leveren een etherische olie met een krachtige immuunstimulerende werking op de luchtwegen.

## **UITERLIJK**

### **MINCIDROME: Slanke lijn**

**Het spreekt vanzelf dat om af te slanken we in de eerste plaats moeten zorgen voor een volwaardig dieet zonder suiker, witmeelproducten, snacks en vette vleeswaren. Daarnaast kunnen plantenextracten een ondersteunende werking hebben. MINCIDROME is een complex hiervan.**

### **Plantenextracten**

**Blaaswier (Fucus vesiculosus):** dit afgeplat, breed uitwaaiierend, leerachtig zeewier kan door zijn natuurlijke jodiumgehalte de functie van de stofwisseling bevorderen en zo de verbranding van voedingsstoffen stimuleren.

**Guttegomboom (Garcinia cambogia):** de schil van de zoete, purperen vrucht van deze boom is rijk aan hydroxycitroenzuur en vermindert hierdoor de trek naar zoet.

**Vuilboom (Frangula alnus):** de gedroogde bast van deze lage boom bevordert de darmlediging en de darmreiniging waardoor het ideaal gewicht sneller wordt behaald.

**Zachte/Ruwe berk (Betula pendula/pubescens):** de bladeren van deze elegante boom staan in voor een goede vochtbalans en helpen zo sneller het streefgewicht bereiken.

### **Etherische olie**

**Citroenolie (Citrus limonum):** zowel de regulerende werking op de vochtbalans als de stofwisselingsbevorderende werking van citroenolie ondersteunen het afslanken.

## **UITERLIJK**

### **DERMADROME: Gave en frisse huid**

**Een gave huid is vaak een teken van een goede gezondheid. Bij een rode, gevoelige en onzuivere huid, kunnen we beroep doen op een aantal huidzuiverende kruiden. De belangrijkste hiervan zitten gecombineerd in DERMADROME.**

### **Plantenextracten**

**Grote brandnetel (Urtica dioica):** ondanks het feit dat deze plant vooral gekend is om zijn gemene prik met het ontstaan van rode papels, heeft ze bij inwendige inname juist een zuiverende werking op de huid.

**Driekleurig viooltje (Viola tricolor):** dit overbekende tuinplantje heeft een positieve invloed op een rode en schrale huid en is in het bijzonder voor kinderen heel geschikt.

**Kliswortel (Arctium lappa):** de drainerende werking van deze wortel vertaalt in zich een zuivere huid en een goede flora op de huid.

**Echte Valeriaan (Valeriana officinalis):** omdat bij een onzuivere huid spanningen vaak een rol spelen, kan deze ontspannende plant goede diensten bewijzen.

## Etherische olie

**Palmarosa (Cymbopogon martinii):** deze plant met grasachtige bladeren, afkomstig uit India en Pakistan, heeft een brede huidverzorgende en herstellende werking.

## ELIMINATIE

### DEPURADROME: Lichaamsreiniging

***Van tijd tot tijd dringt een grondige zuivering van het lichaam op. Vooral in het voorjaar, vooral bij voorjaarsvermoeidheid, is dat nogal eens duidelijk. De afvalstoffen die zich hebben opgehoopt en de stofwisseling belasten, kunnen met een complex als DEPURADROME beter uitgescheiden worden.***

### Plantenextracten

**Grote brandnetel (Urtica dioica):** door sommigen als een vervelend, prikkend onkruid beschouwd, heeft de brandnetel nochtans tal van positieve eigenschappen. Vooral de zuiverende en mineraliserende werking wordt sterk gewaardeerd.

**Paardebloem (Taraxacum officinale):** dit overbekende kruid met zijn stralend gele bloem helpt het lichaam reinigen door met zijn wortel vooral de lever te ondersteunen en met zijn bovengronds gedeelte vooral de urinevorming te bevorderen.

**Zachte/Ruwe berk (Betula pendula/pubescens):** de bladeren van deze ranke, elegante boom ondersteunen de eliminatie en helpen de vochtbalans regelen.

**Kliswortel (Arctium lappa):** de bitterzoete wortel van deze plant met zijn typisch klittende dopvruchtjes, heeft uitgesproken zuiverende eigenschappen op ons organisme.

## Etherische olie

**Gewone jeneverbes (Juniperis communis ssp. communis):** de olie uit de blauwzwarte bessen van deze aromatische struik ondersteunt de nierfunctie en helpt zo bij de lichaamsreiniging.

**(nota: niet gebruiken tijdens de zwangerschap en bij nieraandoeningen).**

## ELIMINATIE

### REGUL'EAUDROME: Goed voor de vochtbalans

***Wanneer de vochthuishouding in ons lichaam niet naar wens verloopt dan is dat bijvoorbeeld te merken aan de onderbenen en enkels of aan kledij die te strak zit. Een complex als REGUL'EAUDROME is dan geschikt om de vochtbalans te herstellen. REGUL'EAUDROME is ook aangewezen als we steeds aandrang voelen door een branderig gevoel.***

### Plantenextracten

**Veenbessen (Vaccinium macrocarpon):** deze dieprode vruchten zijn al eeuwen een beproefd Amerikaans huismiddel voor een betere weerstand van de blaas, als wateren een branderige aangelegenheid wordt.

**Echte guldenroede (Solidago virgaurea):** dit kruid met zijn goudgele bloemensterren is een waar tonicum voor de urinewegen. Het helpt de vochtbalans regelen en verhoogt de eliminatie via de urine.

**Muizenootje (Hieracium pilosella):** dit kruid met zijn fluweelachtige bladeren en paardebloemachtige bloeiwijzen is goed voor de vochtbalans.

## Etherische olie

**Bonekruid (Satureja montana ssp. montana CT carvacrol):** verhoogt de weerstand van de urinewegen, zodat opklimmende kiemen geen kans krijgen.

## ONTSPANNING

### CALMADROME: Rustgevend, slaapopwekkend

*We krijgen allemaal af te rekenen met tijdelijke stress en spanningen in het dagelijkse leven. Als we daar onvoldoende tegen gewapend zijn, worden we rusteloos, onzeker of prikkelbaar. Ook de kwaliteit van de slaap kan te wensen overlaten. Met CALMADROME kan je je beter ontspannen (examen, werkdrukke, artsbezoek, sollicitatie, optreden...) en kan een gezonde slaap ingeleid worden.*

#### Plantenextracten

**Echte valeriaan (Valeriana officinalis):** de bepaald onprettig ruikende wortel van deze plant met haar witte tot roze bloemenschermen, geniet al sinds de oudheid de reputatie een krachtige en snelwerkende natuurlijke rustgever te zijn.

**Hop (Humulus lupulus):** de vrouwelijke hopbellen van deze klimplant, vooral geteeld als smaakmaker van bieren, heeft een milde ontspannende werking en bevordert de nachtrust bij een overladen spijsvertering.

**Passiebloem (Passiflora incarnata):** deze plant met haar prachtige, ingewikkeld gebouwde en voor het lijden van Christus symbool staande bloemen, helpt bij geestelijke druk en inspanning.

**Eénstijlige meidoorn (Crataegus monogyna):** de bloesem van deze doornige struik tot boom die in mei bloeit, sterkt bij kortstondige stress en bevordert een gezonde slaap.

#### Etherische olie

**Mandarijn (Citrus reticulata):** van oorsprong uit China, is deze kleine boom nu sterk ingeburgerd rond de Middellandse Zee. Uit de vruchtschil perst men een olie die ons minder gevoelig maakt voor spanningen en een gezonde natuurlijke slaap bevordert.

## ONTSPANNING

### MORALODROME: Opbeurend

*Soms zitten de dingen niet mee of krijgen we een aantal tegenslagen te verwerken. Dan kunnen we zwaarmoedig worden, negatieve gedachten koesteren of ons neerslachtig voelen. In MORALODROME zitten een aantal planten die de zon terug in ons leven kunnen brengen.*

#### Plantenextracten

**Sint-Janskruid (Hypericum perforatum):** dit kruid met zijn felgele bloempjes en doorschijnende puntjes in de bladeren, is bij uitstek een opbeurende plant. Wanneer we ons moedeloos voelen helpt ze ons weer de positieve kant van de zaken zien.

**Siberische ginseng (Eleutherococcus senticosus):** de gedroogde wortel van deze struik is gekend omwille van een stimulerende werking op lichaam en geest. Ze vergroot het gevoel van welbehagen.

**Citroenmelisse (Melissa officinalis):** de frisgroene, gekartelde blaadjes van dit naar citroen geurend kruid zijn gekend in de keuken. Maar ook de ontspannende en positieverende werking ervan is niet te versmaden wanneer men down is.

#### Etherische olie

**Oranjabloesem of Neroli (Citrus aurantium var. amara, "Nérolí"):** de bloesem van de bittere sinaasappel (kleiner en minder zoet van smaak dan de gekende sinaasappel), ontspant, vergroot onze geestelijke veerkracht en werkt positief op de gemoedstoestand.

## SPIJSVERTERING

### DIGEDROME: Stimuleert de spijsvertering

**Spanningen, haastig eten, te zoet of te vet eten en een onevenwichtige voeding kunnen onze spijsvertering ontregelen. Typisch is dan een al te volle gevoel of een opgezette buik met gassen. Met DIGEDROME kunnen we de spijsvertering op een natuurlijke manier stimuleren.**

#### Plantenextracten

**Citroenmelisse (Melissa officinalis):** door de ontspannende werking van dit citroengeurig kruid kunnen we de negatieve invloed van stress op de spijsvertering neutraliseren.

**Zoethoutwortel (Glycyrrhiza glabra):** de zoetsmakende wortel van deze plant, die we zeker kennen uit onze kindertijd, oefent een beschermende werking uit op de maagwand. Ze ondersteunt het behoud van een normale zuurtegraad in de maag.

**Grote engelwortel (Angelica archangelica):** de wortel van deze forse, vochtminnende plant met zijn halve bolvormige bloeiwijzen, heeft een eetlustbevorderende en spijsverteringsbevorderende werking.

**Gember (Zingiber officinale):** de culinaire eigenschappen van deze scherp smakende, grillige, knolvormige en goudkleurige wortel zijn overbekend. Maar sterk gewaardeerd zijn ook de maagversterkende en maagwandbeschermende eigenschappen ervan.

#### Etherische olie

**Echte Kamille (Matricaria chamomilla):** dit kruid met zijn kleine, madeliefachtige bloempjes en zoetige geur is goed voor een normale maagfunctie en voor het zuur-base evenwicht in de maag.

## SPIJSVERTERING

### E-PADROME: Gezonde stofwisseling

**De lever is de grootste klier in ons lichaam die tal van vitale functies vervult. Zoals het verwerken van voedingsstoffen, het aanmaken van gal voor de vetvertering en vooral het onschadelijk maken van belastende stoffen voor het organisme (voedingsadditieven, alcohol, medicijnen...). E-PADROME geeft de lever en de galblaas een welgekomen ondersteuning.**

#### Plantenextracten

**Mariadistel (Silybum marianum):** deze wondermooie distel met melkwitte strepen op de bladnerven en paarse bloemen, ondersteunt met zijn zaden vooral de reinigende werking van de lever. Vooral bij het ontgiften van alcohol, geneesmiddelen, voedingsadditieven, milieugiften...

**Artisjok (Cynara scolymus):** het ongeopende bloemhoofd van deze plant is een ware delicatessen in de keuken, maar de bladeren ervan zijn heel goed voor de lever- en galfunctie. Ze ondersteunen de vertering van vetten en zijn goed voor de cholesterolspiegel.

**Paardebloem (Taraxacum officinale):** vooral de wortel van deze welbekende plant heeft een positieve invloed op de lever en galblaas en bevordert de vertering van zware maaltijden.

#### Etherische olie

**Pepermunt (Mentha X piperita):** deze overbekende, pittige plant heeft een ontspannende werking op de spijsvertering en bevordert de aanmaak van gal.

## CIRCULATIE

### CIRCULADROME: Gezonde druk- en cholesterolwaarden

*Of we tot op hoge leeftijd fit en vitaal blijven, hangt in grote mate af van de gezondheid van ons vaatstelsel. Een gezonde gevarieerde voeding en regelmatige lichaamsbeweging zijn hiervoor alvast een basis. Met CIRCULADROME kunnen we helpen zorgen voor een goede conditie van de vaten en gezonde drukwaarden.*

#### Plantenextracten

**Eénstijlige meidoorn (Crataegus monogyna):** de bloesems van deze stekelige struik tot boom zijn vanwege de rijkdom aan flavenoiden verkwikkend voor het hart en goed voor de drukwaarden.

**Artisjok (Cynara scolymus):** de bladeren van deze gecultiveerde moestuinplant, die ons de lekkere artisjok schenkt, zijn goed voor de cholesterolspiegel.

**Olijfblad (Olea europaea):** deze schilderachtige boom, die olijven draagt, levert met zijn bladeren een probaat middel om de vaten te beschermen en de drukwaarden gunstig te beïnvloeden.

**Maretak (Viscum album):** de bladeren van dit groenblijvend, parasitair levend dwergstruikje, zijn door een ontspannend effect op de vaten goed voor de doorstroming en de drukwaarden.

#### Etherische olie

**Echte marjolein (Origanum majorana):** heeft een ontspannende, verwijdende werking op de vaten waardoor de drukwaarden gunstig beïnvloed worden.

## CIRCULATIE

### V-NODROME: Lichte benen, soepele vaten

*Wanneer de doorstroming in de benen niet naar wens verloopt en de soepelheid in de vaten verdwijnt, kunnen we dit niet alleen merken aan onsierende lijnen op de benen; vaak krijgen we ook last van zware en vermoeide benen. Met V-NODROME kunnen we de circulatie bevorderen en weer een licht en energiek gevoel ervaren.*

#### Plantenextracten

**Witte Paardekastanje (Aesculus hippocastanum):** deze sierboom, afkomstig uit de Balkan, levert met zijn zaden een probaat middel voor een gunstige opwaartse circulatie, waarop zware en vermoeide benen gunstig reageren.

**Stekelige muizedoorn (Ruscus aculeatus):** de wortel van dit groenblijvend, stekelig struikje bevordert de doorstroming in de vaten zodat onsierende aderen uitblijven.

**Amerikaanse toverhazelaar (Hamamelis virginiana):** de bast van deze uit Amerika afkomstige struik met zijn typische fragiele gele bloempjes, verzorgt zowel inwendig als uitwendig de vaten.

**Rode wijnstok (Vitis vinifera):** de pitten van de vruchten zijn rijk aan OPC's, oligomere procyaniden, die de doorstroming in de kleine vaten sterk bevorderen.

#### Etherische olie

**Mastiekboom (Pistacia lentiscus):** deze etherische olie versterkt de vaten en bevordert de terugstroom naar boven.

## GEZOND OUDER

### MEMORYDROME: Beter geheugen en concentratie

*Ons brein bestaat uit miljarden cellen die voor een goede functie afhankelijk zijn van een optimale circulatie. MEMORYDROME kan hiertoe bijdragen en zo zorgen dat we tot*

**op hogere leeftijd een heldere geest, een goed geheugen en concentratievermogen behouden.**

### **Plantenextracten**

**Ginkgo (Ginkgo biloba):** deze majestueuze boom met zijn leerachtige, waaivormige bladeren heeft een gunstige invloed op de circulatie in het brein en verbetert hierdoor zowel geheugen als concentratievermogen.

**Kleine maagdenpalm (Vinca minor):** deze bodembedekker met zijn prachtige stervormige lilakleurige bloemen bevordert ook de doorstroming van het brein.

**Ginseng (Panax ginseng):** de wortel van deze plant is een ware stimulant voor lichaam en geest; ze bezorgt ons meer geestelijke veerkracht en prestatievermogen.

**Rozemarijn (Rosmarinus officinalis):** reeds in de oudheid werd deze aromatische plant met haar fijne, leerachtige bladeren gebruikt voor meer geestelijke energie, geheugen en alertheid.

### **Etherische olie**

**Kruidnagel (Eugenia caryophyllata):** kruidnagel zijn de gedroogde, ongeopende, lange bloemknoppen van een origineel Molukse, groenblijvende boom. Ze leveren een etherische olie die stimulerend werkt op de geest en het geheugen.

## **GEZOND OUDER**

### **MENODROME: Vrouwelijk evenwicht**

**De menopauze, het ophouden van de regels en dus de vruchtbare periode, is voor de vrouw zeker geen eindpunt, maar de aanzet tot een nieuwe levensfase. Om de overgang zo vlot mogelijk te laten verlopen en vitaal door het leven te stappen is MENODROME een natuurlijke hulp.**

### **Plantenextracten**

**Zilverkaars (Cimicifuga racemosa):** is een Noord-Amerikaanse plant met sierlijk aren van roomwitte bloempjes. De wortel ervan helpt bij overgangsverschijnselen zoals opvliegers, en prikkelbaarheid.

**Monnikenpeper (Vitex agnus-castus):** de donkere, pepernootachtige vruchten van deze plant met slanke, lavendelpaarse bloemenaren, sterken aan tijdens de menopauze.

**Spitslobbige vrouwenmantel (Alchemilla vulgaris):** is een plant met cirkelvormige, geplooid bladeren en geelgroene bloemen. Ze is bevorderlijk voor het evenwicht van de vrouw.

**Gewoon duizendblad (Achillea millefolium):** deze plant met zijn fijn gevederde bladeren bevordert de circulatie bij de vrouw in de menopauze.

**Hop (Humulus lupulus):** draagt met zijn milde ontspannende werking bij tot een probleemloze overgang.

### **Etherische olie**

**Scharlei (Salvia sclarea):** deze aan salie verwante plant levert bij uitstek een etherische olie die bij menopauze verschijnselen met goed resultaat wordt ingezet.

## **GEZOND OUDER**

### **PROSSADROME: Gezonde mannelijke klier**

**Mannen voorbij de leeftijd van 50 doen er goed aan zorg te dragen voor de mannelijke klier. Zeker als ze 's nachts vaak het bed uitmoeten om te plassen, steeds aandrang voelen om slechts kleine beetjes kunnen lozen en een zwakkere straal ervaren. PROSSADROME is dan een aangewezen complex, goed voor het plascomfort.**

### **Plantenextracten**

**Zegepalm (Serenoa repens):** de donkere bessen van deze tropische, kleine palmsoort zijn bij uitstek het natuurlijke middel voor een gezonde mannelijke klier en zorgen zo voor het comfort van gemakkelijk plassen.

**Wilgenroosje (Epilobium angustifolium):** deze mooie plant met haar eidelingse bloemaar van helderroze bloemen draagt bij tot een normale functie van de mannelijke klier.

**Echte guldenroede (Solidago virgaurea):** deze plant met pluimvormige trossen van goudgele bloemen helpt te zorgen voor een normale vochtbalans.

### **Etherische olie**

**Niaouli (Melaleuca quinquenervia):** de olie van deze groenblijvende Australische boom verhoogt de weerstand van de urinewegen.

## **BEWEGING**

### **ARTICULADROME: Soepele spieren en gewrichten**

**Heel wat mensen worden in hun dagelijkse activiteiten belemmerd door stijve, stramme spieren en weerbarstige gewrichten. Gelukkig bestaan er in de natuur planten die bijdragen tot soepele spieren en gewrichten; ARTICULADROME is een welgekozen combinatie daarvan.**

### **Plantenextracten**

**Duivelsklauw (Harpagophytum procumbens):** de knolvormige bijwortels van deze mooie woestijnplant met paarse bloemen en houtige weerhaken, zijn rijk aan iridoïden die aan gevoelige spieren en gewrichten hun soepelheid teruggeven.

**Moerasspirea (Filipendula ulmaria):** deze vochtminnende plant met roomkleurige bloementrossen verlicht gevoelige, stramme spieren en gewrichten.

**Zwarte bes (Ribes nigrum):** zowel het blad als de knoppen van deze struik met haar apart smakende zwarte bessen helpen afvalstoffen afvoeren en doen ons zo beter te bewegen.

### **Etherische olie**

**Gewone jeneverbessstruik (Juniperis communis ssp. communis):** die olie van deze struik met haar bittere, aromatische vruchten helpt het lichaam ontzuren, waardoor men weer soepel kan bewegen.