Dane aktualne na dzień: 14-11-2026 08:40

Link do produktu: https://www.lubziolek.pl/ruta-ziele-p-91.html

RUTA Ziele



Cena	**115,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**24 godziny**

Opis produktu

Ruta zwyczajna pochodzi z Europy Płd. i Afryki Płn. Roślina ta jest uprawiana w naszym kraju w ogródkach jako roślina ozdobna lub dla celów leczniczych. Ma silny aromatyczny zapach i kwitnie drobnymi żółtozielonymi kwiatkami od czerwca do sierpnia. Liście ruty, podobnie jak liście dziurawca, wyglądają jakby były pokłute szpilką. W rzeczywistości są to zbiorniczki olejku eterycznego.

Ziele ruty zawiera olejek eteryczny, pochodne furanokumaryny,alkaloidy, flawonoidy, z których najwięcej jest rutyny.

DZIAŁANIE WSPOMAGAJĄCE:

- wzmacnia tętnice i ściany żył oraz chroni naczynia włosowate,
- jest pomocna przy obrzękach spowodowanych żylakami,
- przy zaburzeniach krążenia i zapobiega krwotokom wewnętrznym,
- korzystnie wpływa na trawienie,
- zapobiega ciężkości w żołądku oraz zgadze i niestrawności,
- zmniejsza gazy i pobudza wydzielanie żółci,
- zalecane jest spożywanie jej po posiłku w wypadku przejedzenia,
- ma właściwości przeciwskurczowe, dlatego nadaje się do łagodzenia kolek, biegunek i skurczów żołądka
- korzystna przy menstruacji, zwiększa przepływ krwi w macicy, dlatego **niezalecana jest w przypadku ciąży, gdyż może powodować poronienie** zmniejsza objawy stresu, nerwowości, niepokoju i bezsenności,
- ma działanie uspokajające,
- łagodzi ból powstały na skutek uderzeń,
- zmniejsza również stany zapalne w chorobach reumatycznych i zapaleniach stawów,
- pomaga przy utracie na wadze,
- zmniejsza retencję płynów w organizmie,
- pobudza uwalnianie kwasów tłuszczowych z tkanki tłuszczowej.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Napar -1 łyżeczkę ziela ruty zalać szklanką wrzątku,pozostawić pod przykryciem 20 minut, odcedzić. Pić 2 razy dziennie po szklance naparu.

Napar z dodatkiem dziurawca - 1 łyżeczkę ziela ruty i 1 łyżeczkę dziurawca zalać szklanką wrzątku,pozostawić po przykryciem 20 minut,odcedzić. Pić 2 razy dziennie po szklance naparu.

Nalewka - 100 g suszonego ziela ruty zalać 0.5 litrem spirytusu 70%. Odstawić na 7 dni. Po tym okresie dokładnie odcedzić zlać do butelki. Pić 2 -3 razy dziennie po 20 -30 kropli na kieliszek wody.

Produkt posiada dodatkowe opcje:

WAGA:: 100g. , 200g , 500g , 1000g