



MELISSE

LAT. MELISSA OFFICINALIS

Melissenblätter • Folia Melissaе

Melisse

LAT. MELISSA OFFICINALIS

VERW. TEILE	Blätter
ERNTE	Frühjahr bis Sommer, vor der Blüte
DROGE	Blätter abstreifen, locker ausgebreitet oder in Körbchen trocknen
INHALTSSTOFFE	ätherische Öle, Glycoside, Flavonoide, Terpene, Pflanzensäuren
WIRKUNG	beruhigend, krampflösend, blähungslösend, virustatisch, antibakteriell
VERWENDUNG	Bei Magen-Darm-Beschwerden, nervösen Einschlafstörungen, Herpes
DOSIERUNG	<u>Tee</u> : mehrmals täglich 1-3 TL Droge pro Tasse. <u>Fluidextrakt</u> (1:1): 20-30 Tropfen eine ½ Std. vor dem Schlafen einnehmen. <u>Bad</u> : Vollbad mit frischen Melissenblättern.

Melissenblätterttee darf auch von Schwangeren, Babys und Kleinkindern getrunken werden.