

FÖRKYLNING



Ayurvedisk första hjälpen vid förkylning



För den kalla årstiden (MA 1404)

Innehåller örter och näringsämnen som stärker kroppens naturliga försvar. Vid förkylning hjälper örterna till att skapa en lätthet i kroppen, samtidigt som de naturliga reningsprocesserna stärks och förkylningen blir ett utmärkt tillfälle att rena (detoxa) kroppen på djupet.

30 tabletter, 30 gram



Halspastiller

Små halstabletter som är underbart lugnande för halsen och stärker rösten. Innehåller bland annat rårorsocker, lakrits, myristica, nejlika, kardemumma, camphor, ingefära, svartpeppar, långpeppar och pepparmynta.

60 sugtabletter



Té för Kapha

Aromatiska kryddor såsom ingefära, nejlika, saffran och kardemumma gör detta heta och kryddiga te till en riktig återupplivare. Det är stimulerande och hjälper dig att känna dig mer vaken och energifylld.



Prana-Rasayana (MA 1405)

Håller luftvägarna friska, tar bort gifter och håller igång matsmältningselden, immunförsvaret och den naturliga motståndskraften mot förkylning. Örterna i Prana-Rasayana är sammansatta i exakta proportioner och tillredda på traditionellt ayurvediskt vis. På så sätt förbättras biotillgängligheten för viktiga näringsämnen. Det skapar också en synergieffekt, den samlade nyttan är mycket större än nyttan av varje enskild ört för sig.

20 tabletter, 1000 mg



Prana-Rasayna (flytande)

Denna flytande Prana-Rasayana är tillverkad enligt ett ursprungligt ayurvediskt recept och innehåller en rik kombination av örter som hjälper till att stärka luftvägarna och lindrar hosta.

200 ml



Nässköljningskanna

Nässköljning (neti) är mycket effektiv vid förkylning, allergi, astma mm. Nässköljning verkar uppfriskande och avslappnande för hela näs- och ögonområdet. För din dagliga nässköljning behöver du bara en blandning av vanligt salt och ljummet vatten.



Näsdroppar MP 16

Baserat på sesamolja och är medikerat med getmjölk och 25 örter. Det bidrar till att skydda näsa och bihålor, och håller näsgångarna fria. Öppna näsgångar fungerar som ett slags ventilationssystem för hjärnan, vilket har betydelse för vår förmåga att tänka klart. Det växtbaserade innehållet stödjer dessutom de mentala funktionerna och ökar skyddet mot infektioner.

10 ml



Nässpray Clear & Soothe

En traditionell ayurvedisk nässpray som balanserar och smörjer torra eller irriterade bihålor. Innehåller ekologisk sesamolja inkokt med ekologisk balaört.

28 ml



Förkylning

Inom den urgamla indiska läkekonsten Ayurveda finns en intressant teori om sjukdomar. Man anser att alla sjukdomar beror på att elementen som kroppen består av hamnar i obalans. En vanlig förkylning slår till exempel oftast till när kroppens matsmältningseld, agni, är som svagast. Temperaturen utomhus går ner och det gör även immunsystemet. Så vad är det då som händer? Den försvagade elden klarar inte att helt förbränna gifterna i kroppen (ama). Ama ansamlas och täpper igen kroppens mikrokkanaler, vilket alstrar slem. Slemmet, eller kapha, i kombination med gifterna, bildar snor. Resultat: fram med näsdukarna! Lösningen är uppenbarligen att hålla igång eldarna i kroppen. Detta är ingen match när du väl har förstått att det mesta inom Ayurveda handlar om sunt förnuft och lite logik.

Veda Lila
SEDAN 1988

Barnhusgatan 1, Stockholm (korsningen Drottninggatan 71D)
Öppet vard 11–18, lör 11–14 | www.vedalila.se | info@vedalila.se