



## Gebrauchsinformation

Klosterfrau  
Artischocke plus Löwenzahn + Ingwer

# Artischocke plus Löwenzahn + Ingwer

## Klosterfrau Artischocke plus Löwenzahn + Ingwer - Verdauungshilfe für mehr Bekömmlichkeit

Die **Verdauung ist ein hochkomplexes Zusammenwirken** physikalischer, chemischer und enzymatischer Prozesse, bei denen unsere Nahrung in ihre Bestandteile zerlegt und benötigte Nährstoffe von den Abfallprodukten getrennt werden. Umso wichtiger ist es, dass die Verdauung gut funktioniert.

Stress und Hektik in Verbindung mit fettreichem Essen können die Verdauung aus dem Gleichgewicht bringen, zu kurzfristigem **Völlegefühl** führen und damit das körperliche Wohlbefinden belasten.

Die **Fettverdauung** findet überwiegend in den oberen Teilen des Dünndarms statt. Zur **Verdauung von Nahrungsfetten** benötigt der Körper Gallenflüssigkeit. Die von der Leber gebildete Gallenflüssigkeit wird in der Gallenblase gespeichert und in den Zwölffingerdarm abgegeben. Sie wird benötigt, um die Fette zu emulgieren, wodurch sie von den entsprechenden Enzymen besser angegriffen werden können. Hormone aus dem Dünndarm melden den Bedarf an die Galle. Daraufhin zieht sich die Muskulatur der Gallenblase zusammen und gibt den Emulgator über die Gallengänge ab.

**Bitterstoffpflanzen**, wie **Artischocke** und **Löwenzahn** stimulieren die Produktion von Gallensäuren in der Leber und regen die Gallenblase dazu an, Gallensäuren in den Darm abzugeben. Dort erleichtern sie die Verdauung von Fetten.

Unterschiedliche Faktoren können die Produktion von Gallensaft in der Leber beeinflussen und damit den Verdauungsvorgang aus dem Gleichgewicht bringen. Dies kann sich im Alltag auf das Allgemeinbefinden niederschlagen, indem wir z.B. **empfindlich auf fettreiche Mahlzeiten** reagieren.

Die tropische Gewürzknolle **Ingwer** wird traditionell eingesetzt um Speisen bekömmlicher zu machen, indem sie bewährte Eigenschaften zur Unterstützung der Verdauungsfunktion besitzt.

## Klosterfrau Artischocke plus Löwenzahn + Ingwer mit 3-facher Pflanzenkraft für die Verdauung

- 1) Löwenzahn und Artischocke unterstützen und erleichtern die natürliche Fettverdauung
- 2) Löwenzahn und Artischocke unterstützen die Gallenfunktion
- 3) Ingwer unterstützt die Verdauung und fördert das Wohlbefinden

