

Ratgeber für *Himbeerblättertee*

Wirkung, Anwendungsgebiete & Studien



Schwangerschaft

Der Himbeerblättertee soll Schwangere auf eine sanfte Geburt vorbereiten. Er gilt aufgrund seiner Wirkung in der Schwangerschaft als besonders effektiv, wenn es darum geht, der Schwangeren eine entspannte und stressfreie Geburt zu ermöglichen.

Nach der Geburt und in der Stillzeit

Auch nach der Geburt wirkt sich Himbeerblättertee förderlich aus. Nach einem Kaiserschnitt oder der natürlichen Geburt entfaltet er seine gesundheitsfördernde Wirkung für die Regeneration des Körpers im Wochenbett und während der Stillzeit.



Bei Kinderwunsch

Himbeerblättertee unterstützt bei Kinderwunsch durch seine vielen positiven Eigenschaften sanft. Dies ist auf die in den Himbeerblättern enthaltene Phytohormone zurückzuführen, die bei der Zyklusregulierung helfen und so für eine gesunde Eizellreifung sorgen.

Menstruationsbeschwerden

Himbeerblättertee lindert unter anderem auch eine Vielzahl an Beschwerden, die während der Periode auftreten können. Die lockernde und krampflösende Wirkung bewirkt eine Reduktion von Regelschmerzen.



Entschlackung und Entgiftung

Richtig angewendet, wirkt Himbeerblättertee positiv auf die Verdauung. Er kann Verstopfung lösen und hat entwässernde Eigenschaften, da er harntreibend wirkt.