



Guggul

„Die reinigende Kraft der Indischen Myrrhe“

✦ **Guggul (Commiphora mukul)** ist das Harz der Mukul-Myrrhe und wird durch Einschneiden des Stammes gewonnen. Im Ayurveda wird es seit tausenden von Jahren als wichtiges Harz verwendet. Guggul gehört zu den *Lekhana* (auskratzenden) Kräutersubstanzen, d.h. **überschüssiges Gewebe wird verringert und angestaute Abfallstoffe eliminiert**. Es hat die Fähigkeit, tief ins Gewebe einzudringen und wird deshalb **als «Bote» mit anderen Kräutern gemischt**, um die Wirkstoffe in die Zellen zu transportieren. Guggul in reiner Form wirkt und hilft aufgrund seiner Wirkstoffe gewissermaßen in einer Zangenbewegung. Zum einen über den Abbau von sauren Stoffwechselprodukten (Ama), zum anderen über den Abbau von Schwellungen und dies ganz ohne Nebenwirkungen, weil Guggul mit **seinem hohen Bitterstoffanteil sogar zusätzlich die Verdauung und damit die Entschlackung anregt**.

✦ Guggul besitzt eine **antiseptische, anregende, blutverdünnende, reinigende, verjüngende, entzündungshemmende, harntreibende und schmerzstillende Wirkung**. Aus ayurvedischer Sicht stabilisiert Guggul Vata- und Kapha-Ungleichgewichte:

- reduziert das Fettgewebe und unterstützt gesunde Fettwerte
- unterstützt gesunde Cholesterinwerte
- hilft die Menstruation zu regulieren- durch die enthaltenen Phytohormone
- senkt erhöhte Cholesterin- und Triglyceridwerte
- hilft dem Körper besser zu entgiften, was den Heilungsprozess bei Arthrose, Arthritis und Rheuma zusätzlich fördert.

Einnahmeempfehlung:

Kapseln: 3 x 1-2 Kapseln mit Wasser einnehmen.

Erhältlich in: 60 veg. Kapseln á 500 mg

Inhaltsstoffe: Guggul (Commiphora mukul), Gummi Arabicum, Stärke
Ohne Natrium, Hefe, Gluten, Zucker, Künstliche Farbstoffe und Aromen



Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.

Per Mail unter service.naturwaren@gut-saunstorf.de oder telefonisch unter 038424 – 22690.

www.naturwaren-gut-saunstorf.de