

Kopfweg Tee

Neben warmen und ansteigenden Fußbädern, die die Kopfdurchblutung verbessern und so Linderung bringen können, kann auch dieses Teegemisch helfen.

Zutaten:

20 g Weidenrinde

40 g Mädesüßblüten

40 g Pfefferminzblätter

Aufguss: 1 TL mit 1 Tasse heißem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abgießen.
Mehrmals täglich 1 Tasse trinken.