

Rosanna Lambertucci

Ha intervistato

Il Prof. ERUS SANGIORGI

Medicina Naturale, Università di Milano

TISANA PER RIATTIVARE LA CIRCOLAZIONE NELLE GAMBE:

CENTELLA	GR. 30
ACHILLEA	GR. 20
AMMAMELIDE	GR. 30
CIPRESSO	GR. 20

Mettere 2 cucchiaini del mix di erbe in mezzo litro di acqua bollente e lasciare in infusione per 20 minuti. Filtrare e bere in 3 volte, durante la giornata.

Oltre alla tisana circolatoria aggiungiamo un integratore di **VITE ROSSA** (cp da 300mg due volte al di), che non ha effetti collaterali e controindicazioni

Molto utili sono anche le docce alle gambe, alternate con acqua fredda e calda.