

## Bewährte Teemischungen

Bei allen Mischungen gilt:  
alle Kräuter erhalten sie in der Apotheke; 1TL pro Tasse, 10min ziehen lassen,  
2-3 Tassen tägl. trinken, außer bei anderen Angaben

### Schwangerschaftstee

Brennnesselblätter  
Himbeerblätter  
Schafgarbe  
Johanniskraut  
Zinnkraut  
Melissenblätter  
Frauenmantelkraut

### vorzeitige Wehentätigkeit

Johanniskraut  
Hopfenzapfen  
Thymian  
Baldrianwurzel  
Melissenblätter  
Majorankraut

### wehenfördernder Tee

Zimtstange  
Nelken  
Ingwerwurzel  
Eisenkraut

nur nach Absprache mit der Hebamme

### Tee bei Gelbsucht

Schöllkraut  
Mariendistelkraut  
Löwenzahnwurzel und -kraut  
Boldoblätter

nur nach Absprache mit der Hebamme  
und unter engmaschiger Kontrolle!

### Blasentee

Bärentraubenblätter  
Kamillenblüten  
Löwenzahnwurzel und -kraut  
Birkenblätter  
Hauhechel  
Goldrute

### Milchbildungstee

Dillfrüchte  
Anisfrüchte  
Schwarzkümmel  
Fenchelfrüchte  
Melisse  
Majoran

### Rückbildungstee

Melissenblätter  
Frauenmantelkraut  
Hirtentäschel  
Schafgarbe

max. 2 Tassen pro Tag