



Frantsila

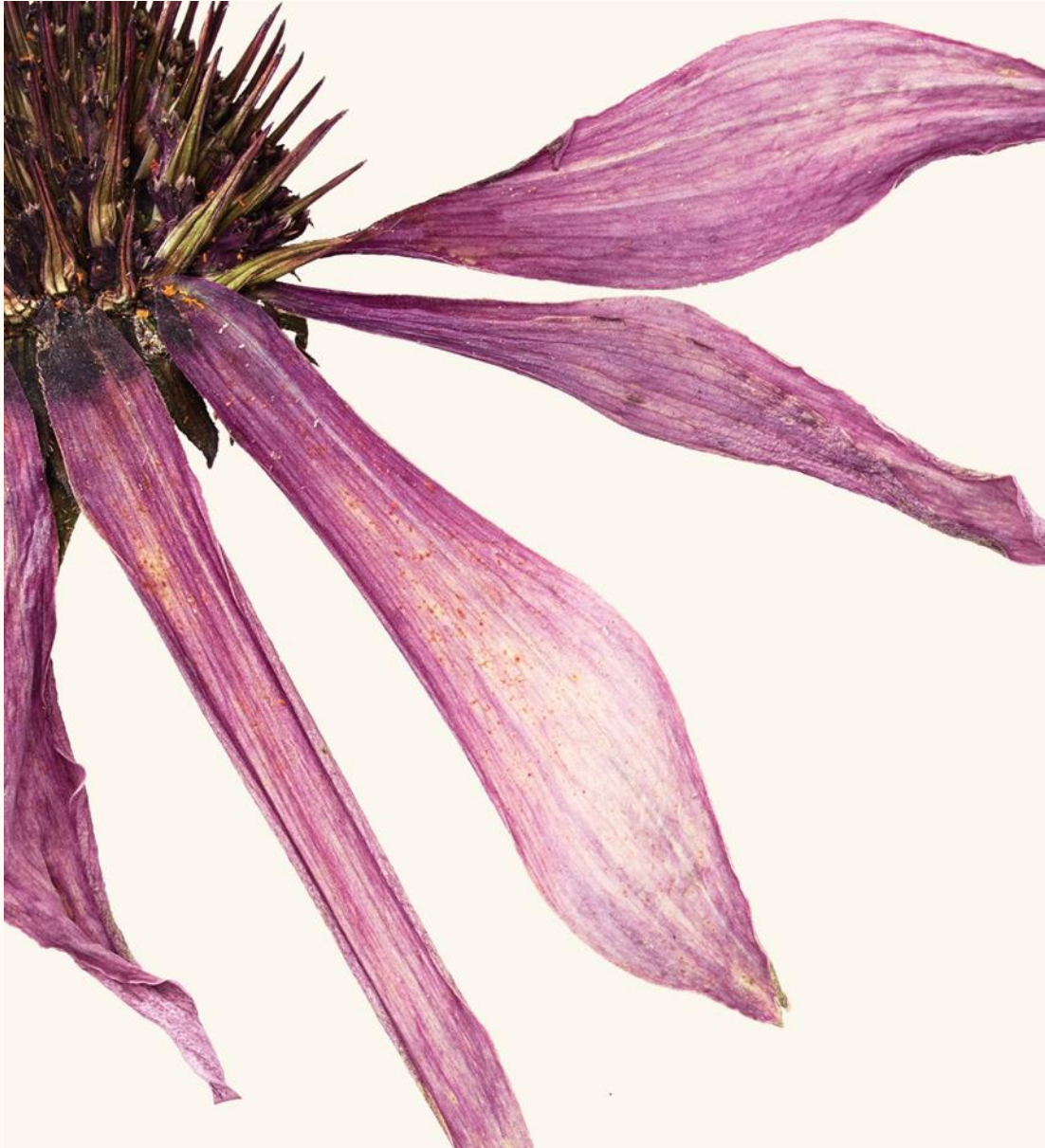
# herbalist

Kasviuutteiden  
tuotekoulutus

9.4. 2024

# Käytännön ohjeet

- Mikrofonit ovat automaattisesti mykistettyinä.
- Vastaamme mielellämme kysymyksiinne, käydään ne läpi kunkin osion lopussa.
- Teethän kysymyksesi käyttämällä chattia tai "Nosta käsi" –toimintoa.
- Koulutuksesta tehdään tallenne, joka lähetetään kaikille sähköpostinsa palautelomakkeen kautta jakaneille. Tallenne on katsottavissa 2 kuukautta esityspäivästä.
- Lopuksi chatissa jaetaan linkki palautekyselyyn. Kaikki palautetta antaneet osallistuvat automaattisesti 50 € arvoiseen tuotearvontaan.



# Ohjelma

- Tervetuloa!
- Herbalist-konseptin esittely
  - Kimmo Tupala, toimitusjohtaja
- Mistä kaikki sai alkunsa?
  - Virpi Raipala-Cormier, Frantsilan perustaja
- Frantsilan viljelemien yrttien esittely
  - Yvonne Holm, FaT, Dosentti, Helsingin Yliopisto
- Frantsilan yrttiuutteiden esittely
  - Elisa Ylimäki, tuotekehityspäällikkö

# herbalist

TUNNE KASVIEN VOIMA

Frantsilan herbalist-kasviuutteet on luotu tukemaan kokonaisvaltaista hyvinvointia kasvien hoitovoimalla. Voimme hyödyntää kasvien ominaisuuksia moniin elintoimintoihimme, kuten ruoansulatukseen ja vastustuskykyyn.

Frantsilan uuttomenetelmän ansiosta saat helposti käyttöösi hyvin imeytyviä kasvien tehoaineita tiiviissä muodossa. Tästä uutteiden luonnollisten yhdisteiden harmoniasta keho osaa viisaasti ammentaa tarvitsemansa.

**Ole oman elämäsi** herbalisti.

# Kohderyhmä: Oman hyvinvoinnin ja suorituskyvyn optimoijat

Oman hyvinvoinnin ja suorituskyvyn optimoijat ovat tyypillisesti suurimmissa kaupungeissa asuvia 25–64-vuotiaita miehiä ja naisia. He ovat kiinnostuneita luonnonmukaisesta kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista sekä terveyden ja oman suorituskyvyn vahvistamisesta.

Tämän kohderyhmän miehet viettävät vapaa-aikaansa liikunnan parissa. Hyvän tulotason myötä heidän on mahdollista panostaa oman suorituskykynsä optimointiin myös rahallisesti. He seuraavat tarkasti liikkumisestaan, ravinnostaan ja unestaan kertyvää dataa ja uppoutuvat mielellään biohakkeroinnin saloihin.

Kohderyhmän naiset elävät usein kiireisiä ruuhkavuosia. Heille on tärkeää voida hyvin, jotta he pysyvät mukana arjen vauhdissa. Heidän tavoitteenaan onkin hormonitasapainon edistäminen sekä oman sekä perheenjäsenten hyvinvoinnin vahvistaminen ja vastustuskyvyn parantaminen.

Kohderyhmällemme on tärkeää, että heidän käyttämänsä tuotteet tekevät hyvää niin ihmisille kuin ympäristöllekin. He arvostavat valinnoissaan tehokkuutta, korkeaa laatua, kotimaisuutta ja luonnonmukaisuutta.

## Demografinen profiili

			
M25–54	PKS, Turku, Tampere, Oulu	Keski- ja hyvätuloiset, korkeasti koulutetut	Biohakkeroinnista, urheilusta ja hyvinvoinnista kiinnostuneet
N30–64	PKS, Turku, Tampere, Oulu, myös pienet kaupungit	Kaikki tuloluokat	Hyvinvoinnista ja terveydestä kiinnostuneet







Syksyn aikana uudistuvat myös monen yrtin uutteen







# herbalist

Herbalisti erikoistuu yrttien ja luonnonkasvien käyttöön terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Herbalisti harjoittaa erilaisia taitoja, kuten kasvilääkintää ja käyttää kasveja hyvinvointia edistävien ominaisuuksiensa vuoksi. Herbalisti valmistaa erilaisia yrttivalmisteita esimerkiksi uuttamalla ja suosittelee niitä terveyden tueksi.











# Frantsilan viljelemien yrttien esittely

Yvonne Holm, FaT, dosentti  
Helsingin yliopisto



## Kamomillasaunio

**Rohdos:** kukat kasvista *Matricaria recutita*, joita kutsutaan myös aidoksi, saksalaiseksi tai siniseksi kamomillaksi. *Matrix* = kohtu.

**Aineosat:** sinistä, eteeristä öljyä 0,3-1,5%, jossa a-bisabololia, bisabololoksiedeja ja kamatsuleenia

- Seskviterpeenilaktoneja, mm. matrisiinia, matrikariinia
- Flavonoideja, mm. apigeniinia
- Kumariineja, mm. umbelliferonia, herniariinia





## Vaikutukset

- Anti-inflammatorinen eli tulehduksen vastainen ( $\alpha$ -bisabololi ja sen oksidit, kamatsuleeni)
- Paikallinen anti-inflammatorinen vaikutus iholla (flavonoidit)
- Spasmolyttinen eli laukaisee sileiden lihasten kramppeja (apigeniini,  $\alpha$ -bisabololi)
- Anti-oksidatiivinen (kamatsuleeni)
- Suojaa mahahaavalta ( $\alpha$ -bisabololi)
- Antibakteerinen ja fungisidinen ( $\alpha$ -bisabololi)



## Käyttö

### **Sisäisesti**

- Maha-suolikanavan spasmit ja tulehdukset

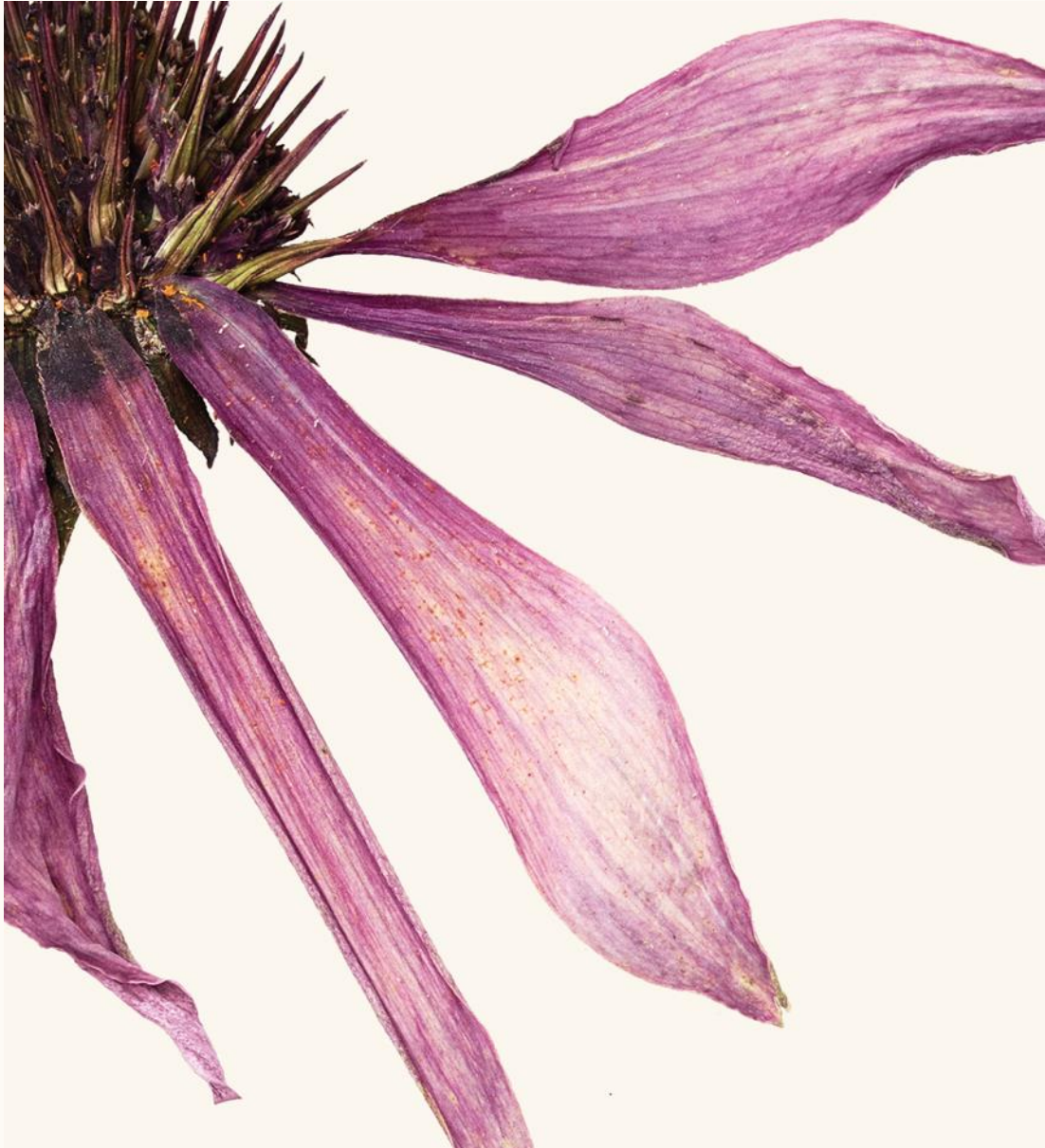
### **Ulkoisesti**

- Iho- ja limakalvotulehduksiin
- Ihon bakteeri-infektioihin
- Inhalaationa hengitysteiden tulehduksiin
- Kylpynä ja huuhteluna genitaalialueen tulehduksiin



## Haitat, kontraindikaatiot, varoitukset

- Asterikasviallergia (seskviterpeenilaktonit, matrikariini)
- Voi pahentaa astmaattisia oireita

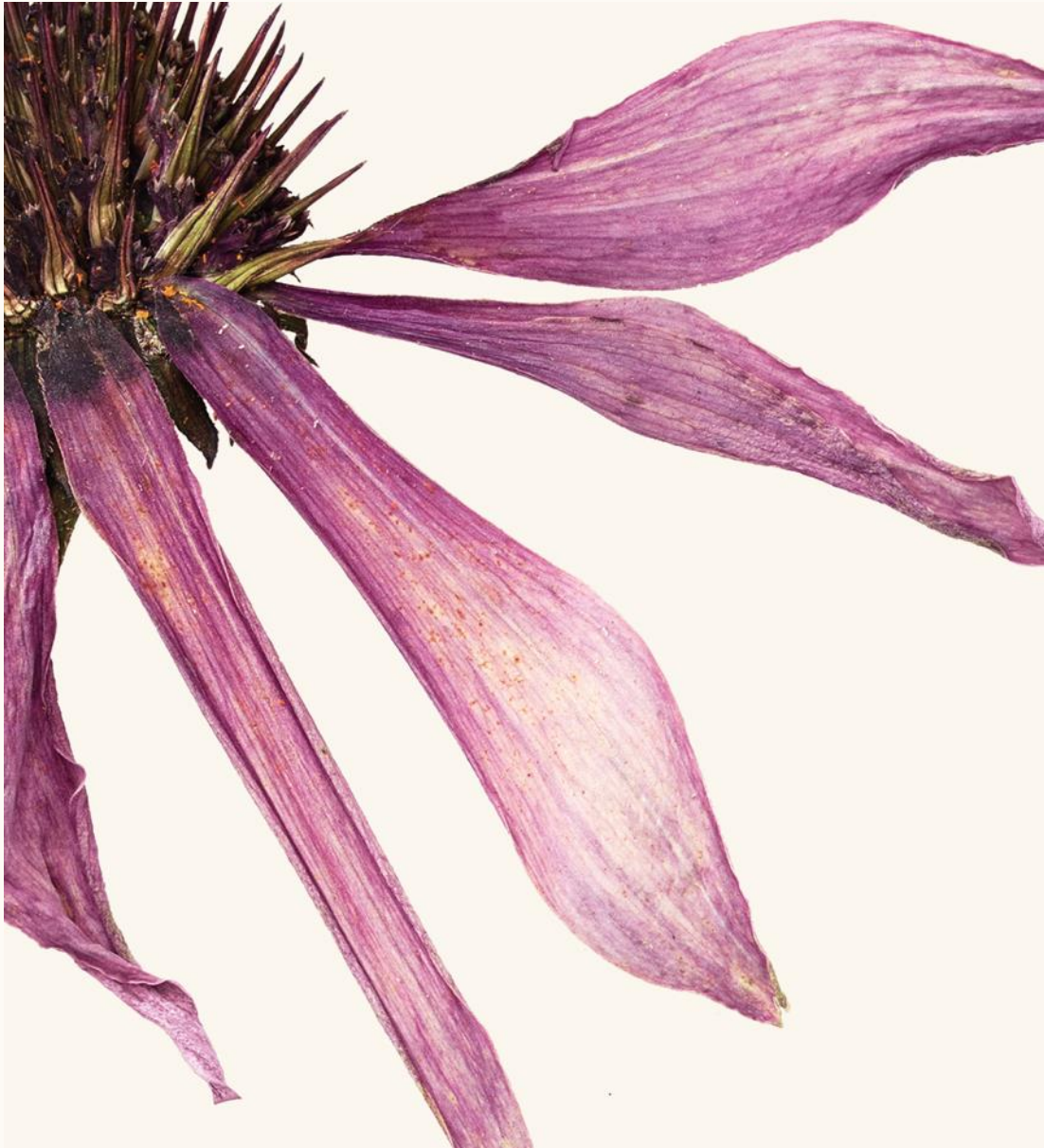


# Kaunopunahattu

**Rohdos:** maanpäällinen verso  
ja/tai juuri kasvista *Echinacea purpurea*

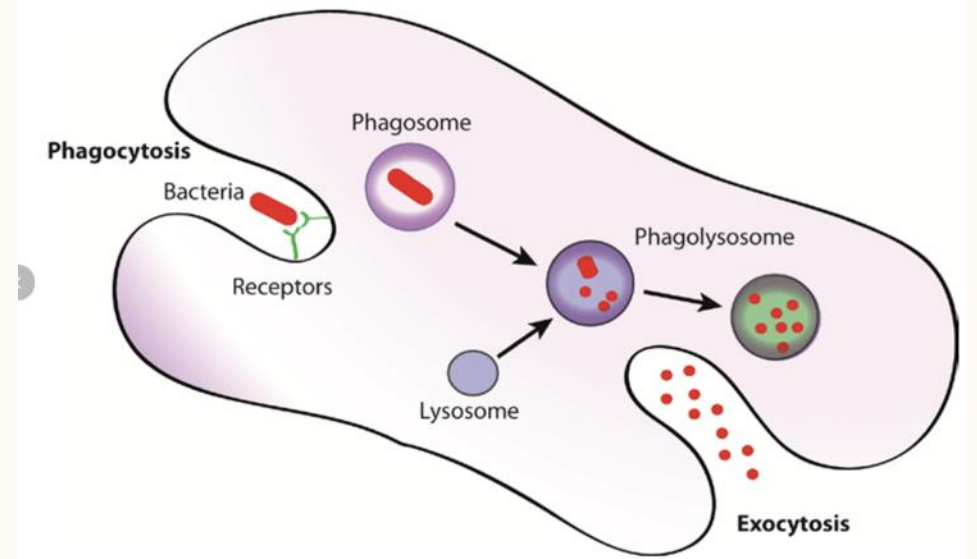
**Aktiiviset aineosat:**

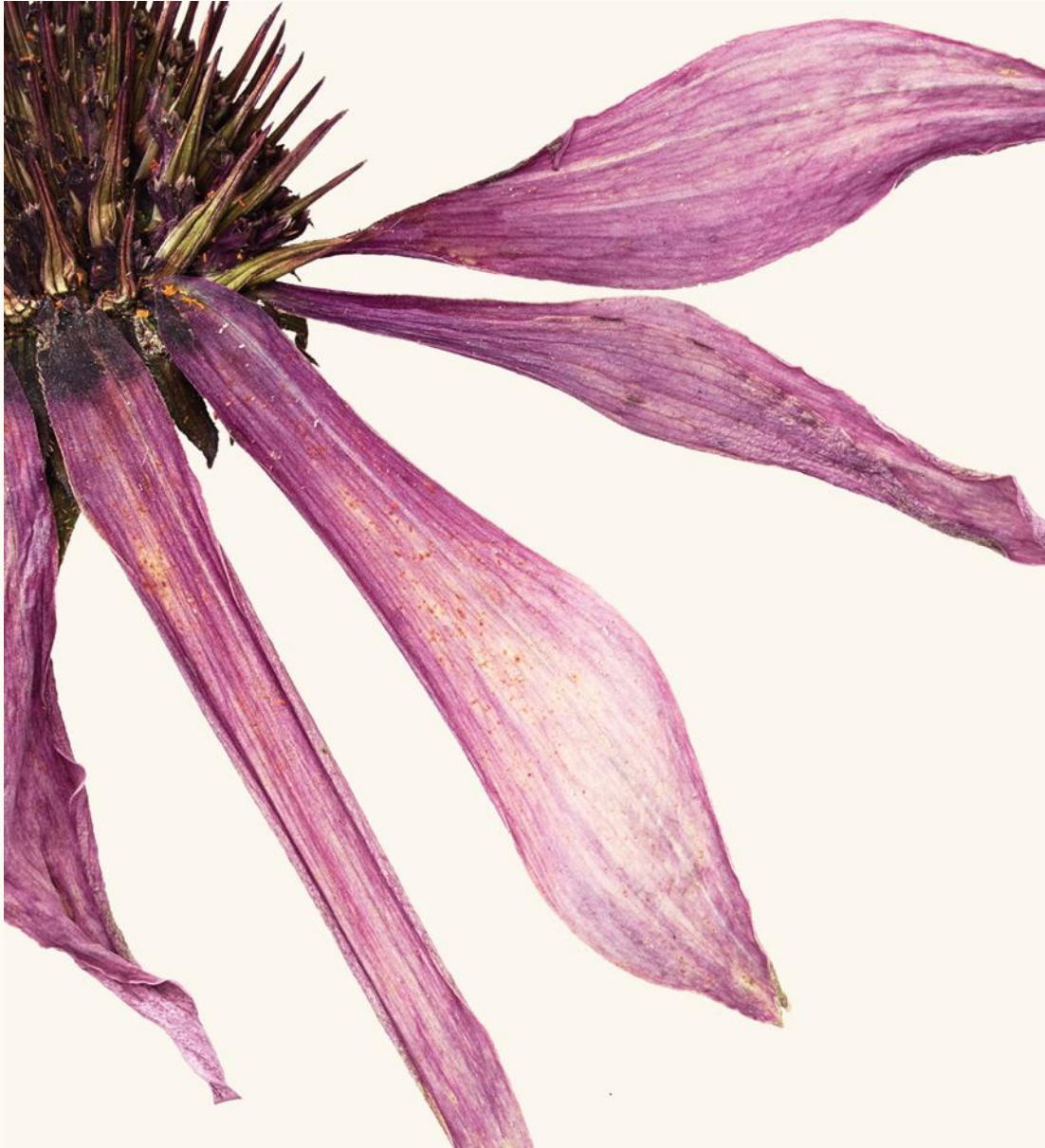
- Polysakkaridit, esim. arabinogalaktaani
- Kahvihappojohdannaiset, esim. sikoriinihappo
- Alkyyliamidit, esim. dodekatetraeenihappo-isobutyylimidi



## Vaikutukset

- Tehostaa valkosolujen toimintaa eli lisää fagosytoosia





## Käyttö

- Ennalta ehkäisemään ja hoitamaan vilustumistauteja
- Vähentää bakteeriperäisiä jälkitauteja
- Voi käyttää koko talvikauden



## Haitat, kontraindikaatiot, varoitukset

- Yleisimmät haitat koskevat ruoansulatuskanavaa ja hengitysteitä
- Ei sovi jos on autoimmuunitauti, kuten tuberkuloosi, leukoosi, kollagenoosi, MS, HIV ja AIDS
- Asterikasviallergia
- Hylkimisenestolääkitys



# Kaura

**Rohdos:** juuri ennen täyskukintaa kerätyt maanpäälliset osat (Grüner Hafer eli vihreä kaura)

**Muut kuin perusravintoaineet:**

- Flavonoideja
- Steroidisaponiinit avenakosidi A ja B
- Fenolisia amideja, avenantramidit (antioksidatiivisia ja anti-inflammatorisia)
- Gramiini (indoli alkaloidi), vastaa lievästä sedatiivisesta vaikutuksesta





## Vaikutukset & käyttö

- Lievästi rauhoittava



# Nokkonen, lehdet

## Lehtien sisältämät ravintoaineet:

A-vit	178,4 µg	Natrium	1,0 mg
D-vit	0	Kalium	670,0 mg
E-vit	1,6 mg	Magnesium	86,0 mg
K-vit	192,5 µg	Kalsium	594,0 mg
C-vit	175,0 mg	Rauta	4,4 mg
Folaatti	194,0 µg		
Karotenoidit	5233,5 µg	Vrt. rautaa esim. pinaatissa	1,3 mg/100 g.

[www.finel.fi](http://www.finel.fi)



## Vaikutukset & käyttö

**Muut vaikuttavat aineosat:** flavonoidit

**Vaikutukset:**

- Diureettinen eli virtsan eritystä lisäävä (flavonoidit, kalium)
- Anti-inflammatorinen (flavonoidit)

**Kontraindikaatiot:**

- Huuhteluterapiaa ei suositella sydämen ja munuaisten vajaatoiminnassa
- K-vitamiinia runsaasti, voi mahdollisesti vaikuttaa Marevan-lääkitykseen



# Nokkosen siemen

## Kypsät siemenet sisältävät

- n. 30% keltaisenvihreää rasvaöljyä, jossa runsaasti linolihappoa (w6)
- d-tokoferolia n. 0.1%
- Polysakkarideja
- Karotenoideja, mm. b-karoteenia, luteiinia ja violaksantiinia



## Salvia, *Salvia officinalis*

- eteeristä öljyä, jossa mm. tujonia ja 1,8-sineolia
- flavonoidit
- triterpeenihapot ja –alkoholit
- sterolit, b-sitosteroli ja stigmasteroli
- diterpeenejä, esim. rosmanoli, epirosmanoli (antioksidantteja) ja norditerpeeni
- karnosiinihappo ja sen hapetustuote karnosoli, hyviä antioksidantteja
- fenoliglykosideja



## Vaikutukset & käyttö

- ehkäisee hikoilua, yöhikoiluun, kuumiin aaltoihiin
- vähentää maidoneritystä, helpottaa imetyksen lopettamista
- alentaa verensokeria
- lievittää kouristuksia
- antiseptinen, käyttö suu- ja kurlausvesissä, haavojen hoidossa

# Heinäratamo

- 2-3% iridoidiglykosideja, kuten aukubiini ja katalpoli. Pitoisuus on suurempi (jopa 9%) nuorissa lehdissä, ja niissä on enemmän katalpolia kun taas vanhemmissa lehdissä on aukubiinia.
- Fenyylivetanoideja, akteosidi
- 2-6,5% limaa
- Flavonoideja, apigeniini, luteoliini
- N. 6,5% parkkiaineita

## Vaikutukset & käyttö

- Lievittää limakalvoärsytystä suuontelossa ja hengitysteissä (lima ja parkkiaineet, jotka muodostavat suojaavan kalvon)
- Bakteriostaattinen ja bakterisidinen vaikutus (kylmät vesiuutteet, puristemehut ja nesteuutteet), aukubiini
- Ulkoisesti inflammatorisiin ihosairauksiin





## Siankärsämö

- Eteeristä öljyä, jolla erittäin vaihteleva koostumus.
- Seskviterpeenilaktoneja (proatsuleeneja)
- Epätavalliset seskviterpeenit: akimillihappometyyliesterit A, B ja C



## Vaikutukset

- Anti-inflammatorinen eli lievittää tulehdusta (seskviterpeenilaktonit, atsuleeni)
- Spasmolyttinen eli laukaisee sileiden lihasten kramppeja (flavonoidit)
- Antimikrobinen (haihtuva öljy, seskv.terp.laktonit)
- Maksaa suojeleva vaikutus (vesiuute)



Frantsilan uudistuneet  
yhden yrtin uutteet



## Kasviperäiset ravintolisät

- Ravintolisät ovat elintarvikkeita, joiden tarkoitus on täydentää terveen ihmisen ruokavaliota, ja kasviuutteet ovat siihen mitä mainioin luontainen vaihtoehto.
- Tuotteiden käyttötarkoitukset ja edut pohjautuvat EFSA:n (European food safety authority) hyväksymiin terveystväittämiin ja väittämien odotuslistaan.



## Frantsilan kasviuutteet

- Kasviuutteen laadun takaa Frantsilan ”siemenestä pulloon”- tuotantoketju.
- Viljelemme kasviraaka-aineet luomupelloillamme Hämeenkyrössä. Uudistavan viljelyn periaatteet, käsin ja oikeaan aikaan tehty sadonkorjuu, kasvien nopea kuivaus sekä perinteinen uuttomenetelmä takaavat aktiivaineiden tehokkuuden.
- Uutamme luomukasvit luomualkoholiin.
- Tippakorkki on vaihdettu uuteen annostelua huomattavasti helpottavaan pipettiin.



## Miksi käytämme perinteistä alkoholiuuttomenetelmää?

- Uuttoneste, joka sisältää alkoholia ja vettä liuottaa sekä rasva – ja vesiliukoisia aktiivaineita. Tiedetään että uutossa käyttämämme alkoholipitoisuudet 50–60% liuottavat tehokkaammin koko kasvin vaikuttavat aineet verrattuna veteen tai glyseriiniuuttoihin.
- Alkoholi edesauttaa uutteen hyvää imeytymistä elimistöön.
- Yrttivalmisteiden korkeahko alkoholipitoisuus säilyttää kasvien tehoaineet vuosikausiksi.



## Kasviuutteiden käyttö yleisesti

- Suositellaan käytettäväksi kuuriluontoisesti pullo kerrallaan tai tarvittaessa.
- Useita kasvivalmisteita ei suositella käytettäväksi samanaikaisesti.
- Kuurien välissä on hyvä pitää vähintään parin päivän tauko tai ainakin vaihdella eri kasvien välillä.
- Uutteiden terapeuttinen vaikutus säilyy vähintään 4 vuotta.



## Yhden yrtin uutteen annostus ja käyttö

- Yleisohje: Kerta puristus pipetistä (1 ml) 2-4 kertaa päivässä tai tarvittaessa pienen vesimäärän kera.
- Alkoholi voidaan haihduttaa pois lisäämällä uutteen sekaan kiehuvaa vettä.
- Jos käytössä on jokin lääke, erityisesti hermostoon tai verenpaineeseen vaikuttava, on suositeltavaa tarkistaa yhteensopivuus terveydenhuollon ammattilaisilta esim. apteekista tai lääkäriltä.





## Annostus erikoistapauksissa

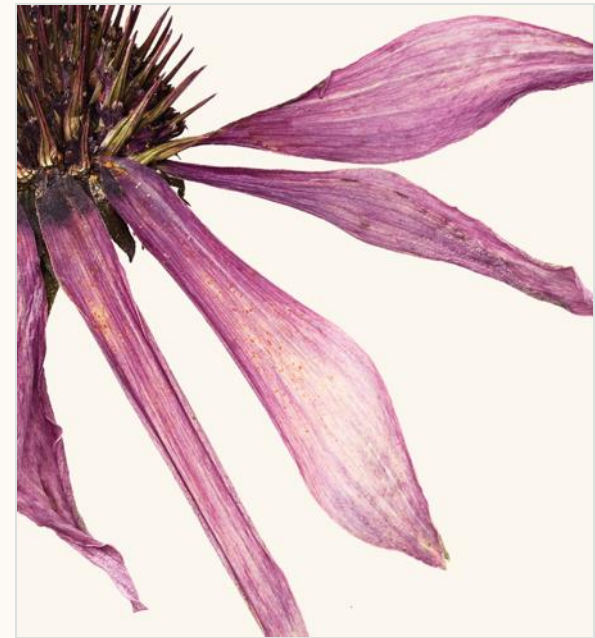
- Puolikas annos vanhuksille
- Lapsille ikävuosien mukaan tipoittain eli esim. 6-vuotiaalle 6 tippaa. Ei suositella kuitenkaan alle 1vuotiaille.
- Lemmikeille elopainon ja herkkyuden mukaan. Alkaen 5kg 1 tippa
- Ulkoinen käyttö, desinfioimaan ihoa, laimennettuna veteen 1:1. Erityisesti siankärsämö, kaunopunahattu ja kamomilla sopivat tähän tarkoitukseen.



## Huomioitavat seikat

- Jos kasveille tai yrteille on esiintynyt allergioita, suositellaan ensin testaamaan tuotetta pienelle ihoalueelle ennen sisäistä käyttöä.
- Asterikasvit voivat aiheuttaa risti-allergiaa allergiakautena eli esimerkiksi pujoallerginen voi saada allergiaoireita pahimpaan siitepölyaikaan. Tällöin kannattaa pitää taukoa erityisesti siiankärämön, kaunopunahatun ja kamomilla osalta.
- Tuotteet sisältävät alkoholia eli ne eivät sovi alkoholisteille eikä alkoholin vieroituksen aikana.

# Klassikko vastustuskyvyn tueksi.





# Auringonhattu-uute

- Auringonhattu eli kaunopunahattu, Echinacea purpurea, Asteraceae eli asterikasvit.
- kasvinosat: Luomu auringonhatun kukkiva verso ja juuri.
- **Frantsila alkoi viljellä pelloillaan vuonna 1982 eli ensimmäisenä Suomessa.**
- Kenelle: Henkilöt jotka haluavat tukea immuunipuolustusta sekä hengitysteiden terveyttä, myös alempien virtsateiden terveyden tueksi.
- *Tuotteen käyttösesongit syksyisin sekä kevättalvella.*
- Huomiot:
  - *Ei henkilöille, joilla on pitkäaikaisen sairauden takia alentunut immuunipuolustus.*
  - *Auringonhattu on asterikasvi eli voi herkistää niitä, joilla on yliherkkyyttä ko. heimon kasveille.*

## Haetut terveysväitteet auringonhatulle:

ID2366: Immune system health, Contribute to the proper function of the body's defensive system; Echinacea purpurea helps the function of the natural defensive system

ID: 3342: Respiratory health, Contribute to the proper function of the body's defensive system; Echinacea purpurea helps the function of the natural defensive system

ID:4032: Respiratory Health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of irritation of throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID4032: Respiratory Health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of irritation of throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID: 2366: Immune system health, Contribute to the proper function of the body's defensive system; Echinacea purpurea helps the function of the natural defensive system

ID:2367: Lower urinary tract health, Contribute to the maintenance of the lower urinary tract health

# Yleiskunnon rautainen apulainen.





# Nokkosuute

- Nokkonen, Urtica dioica, urticae eli nokkoskasvit
- Kasvinosat: lehdet & verso
- Nokkonen on luonnon oma puhti- ja monivitamiiniaine nuutuneeseen oloon. Se sopii erityisen hyvin kohottamaan yleiskuntoa.
  - Huomiot: Erityistä varovaisuutta noudatettava diabetes- ja verenpainelääkityksen sekä keskushermostoon vaikuttavien lääkkeiden yhteydessä.

## **Nokkosen terveystuotteiden ID numerot ja alkuperäiset haetut väitteet:**

ID: 2152: Invigoration of the body, Support the body's vitality/helps to make you feel more energetic

ID: 3834: Invigoration of the body, Support the body's vitality/helps to make you feel more energetic

ID:2346: Renal Elimination / Organism draining, / "Used to enhance the renal elimination of water" / "Used to facilitate the elimination functions of the organism" / "Used for the drainage of the organism" / "Stimulates the elimination function of the organism" / "Contributes to the functionality of the urinary tract"

ID:2346: Renal Elimination / Organism draining, / "Used to enhance the renal elimination of water" / "Used to facilitate the elimination functions of the organism" / "Used for the drainage of the organism" / "Stimulates the elimination function of the organism" / "Contributes to the functionality of the urinary tract"

**Miehisen  
vireyden  
virittäjä.**



# Nokkosen siemenuute



- Urtica dioica, urticaeae, eli nokkoskasvit
- Kasvinosat: luomunokkosen siemenet
- Nokkosen siemenuute sopii vahvistamaan yleiskuntoa. Erityisesti kohottamaan miesten vireyttä, viriliteettiä ja potenssia.
  - Huomiot: Varovaisuutta noudatettava diabetes- ja verenpainelääkityksen sekä keskushermostoon vaikuttavien lääkitysten yhteydessä.

## **Nokkosen terveystuotteiden ID numerot ja alkuperäiset haetut väitteet:**

ID: 2152: Invigoration of the body, Support the body's vitality/helps to make you feel more energetic

ID: 3834: Invigoration of the body, Support the body's vitality/helps to make you feel more energetic

ID:2346: Renal Elimination / Organism draining, / "Used to enhance the renal elimination of water" / "Used to facilitate the elimination functions of the organism" / "Used for the drainage of the organism" / "Stimulates the elimination function of the organism" / "Contributes to the functionality of the urinary tract"

ID:2346: Renal Elimination / Organism draining, / "Used to enhance the renal elimination of water" / "Used to facilitate the elimination functions of the organism" / "Used for the drainage of the organism" / "Stimulates the elimination function of the organism" / "Contributes to the functionality of the urinary tract"



**Tasapainoa  
vaihdevuosiin,  
aikuisen naisen  
elämään.**





## Salviauute

- Salvia officinalis, Lamiaceae eli huulikukkaiskasvit
- Kasvinosat: verso
- Salvia helpottaa kuumia aaltoja ja rauhoittaa liiallista hikoilua.
- Kohderyhmä, vaihdevuosi-ikäiset henkilöt jotka kaipaavat lempeää tukea.
  - Huomiot: Salvia hillitsee maidontuotantoa, joten sitä ei suositella raskauden tai imetyksen aikana käytettäväksi.
  - Ei henkilöille, joilla on diabetes tai jokin hermostosairaus.
  - Kasvi sisältää tujonia joten pitkäaikainen yhtäjaksoinen käyttö ei ole suositeltavaa.

ID:2148: Menopause, Contributes to menopausal comfort/hyperhidrosis

ID: 2777: Sweating, Contribute/support/help to moderate sweating - Contribute/support/help to sweat normally Contribute/support/help to women well-being

ID:2775: Woman health, Traditionally used to contribute/support/help to woman well-being during menstruations - Traditionnally used to contribute/support/help to healthy menstruations

ID:3573: stimulation de l'hypophyse et des glandes hormonales féminines, favorise l'amincissement et l'équilibre hormonal de la femme, renforce les cheveux lorsque la chute de cheveux est lié à un déséquilibre hormonal, stimule l'hypophyse et la thyroïde

**Rauhaa &  
rentoutta,  
stressaaviin  
tilanteisiin.**





# Kauranversouute

- **Kaura**, Avena sativa, Panceae eli heinäkasvit
- kasvinosat: kukkiva verson röyhy
- Kenelle: Rauhoittumista ja stressin sietokykyä kaipaaville. Auttaa tynnyttämään mieltä hermostuttavissa tilanteissa.
  - Huomiot: Erytistä varovaisuutta noudatettava diabetes- ja verenpainelääkityksen sekä keskushermostoon vaikuttavien lääkkeiden yhteydessä.

**ID: 2231:** Relaxing effect - Helps to find sleep, / "Used to help to find a better sleep" / "Used to decrease tenseness" / "Used to decrease restlessness" / "Used to decrease irritability" / "Helps to find a better sleep" / "Contributes to find a better sleep" / "Helps to decrease tenseness" / "Contributes to decrease tenseness" / "Helps to decrease restlessness" / "Contributes to decrease restlessness" / "Helps to decrease irritability" / "Contributes to decrease irritability".

ID: 2232: Invigoration of body, / "Used to feel more energetic" / "Helps to find more energy" / "Contributes to find more energy" / "Used for mental and physical fatigue" / "Helps to enhance mental and physical capacities" / "Contributes to enhance mental and physical capacities" / "Helps to strengthen the body" / "Contributes to strengthen the body" / "Supports energetic alertness" / "Tonic effect" / "Makes you feel more energetic" / "Has stimulating and tonic properties that contribute to the resistance against mental and physical fatigue"

**Hengitys-  
terveyden &  
suoliston  
mikrobiston  
tueksi.**





## Ratamouute

- **Heinäratamo**, *Plantago lanceolata*, pantaginaceae ei ratamokasvit
- Kasvinosa: lehdet
- Antioksidanttisella Ratamolla on hengitysteiden terveyttä tukevia vaikutuksia. Lisäksi se tukee suoliston normaalia toimintaa.
- Kenelle: Nuoret ja aikuiset joilla on hengitystie- tai suolistovaivoja.
  - Huom: Erytistä varovaisuutta noudatettava diabetes- ja verenpainelääkityksen sekä keskushermostoon vaikuttavien lääkkeiden yhteydessä.

ID:3510: Stimulates the growth of beneficial intestinal micro flora, Contributes to maintain a normal intestinal function.

ID 3512: Stimulates the growth of beneficial intestinal micro flora, Helps to maintain a healthy intestinal microbial balance .

ID3791: Respiratory health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of tickle in the throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID4096: Respiratory health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of irritation of throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID:3790:antioxidative, Antioxidants can protect from free radicals and helps in case of foods intake deficiency or increased amount of nutrients

ID:3515: Supports immune defences, Supports the immune system and the body's defence (antioxidant).

**Levollinen mieli,  
rauhallinen  
vatsa.**





# Kamomillauute

- Matricaria recutita, Asteracea eli asterikasvit
- kasvinosat: Kukka, kukkiva latvus.
- Kenelle: Rentouttaa lempeästi ja rauhoittaa mieltä ja ruuansulatusta.
  - Huom: Voi aiheuttaa allergisen reaktion mykerökukkaisallergisille eli asterikasviherkille. Kamomillaa ei tule käyttää samanaikaisesti verenpainelääkkeiden kanssa.

**ID:3312:** Respiratory health, Release of the respiratory tract - Supportive and soothing in case of dry cough, tickle in the throat - Soothing the throat - Respiratory comfort - Helps to soften respiratory troubles like coughs and sore throat in a natural way - Helps maintain respiratory health

ID:3443: Respiratory health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of tickle in the throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID:4079: Respiratory health: Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of irritation of throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords

ID:3928, Digestive health, Helps to supports the treatment of gastro-intestinal complaints such as minor spasms epigastric distension, flatulence and belching

ID4437: Fat metabolism, Promotes a normal metabolism of the lipids / Promotes the reduction in body weight

ID:2088: Relaxation, Contributes to optimal relaxation/helps to support the relaxation and mental and physical well-being/contributes to a normal helps to maintain a healthy sleep

ID:2089:immune health, - contributes to the natural defences of the body- support of the body's defence- supports the immune system



**Tuhattaituri  
hyvinvointisi  
tueksi.**



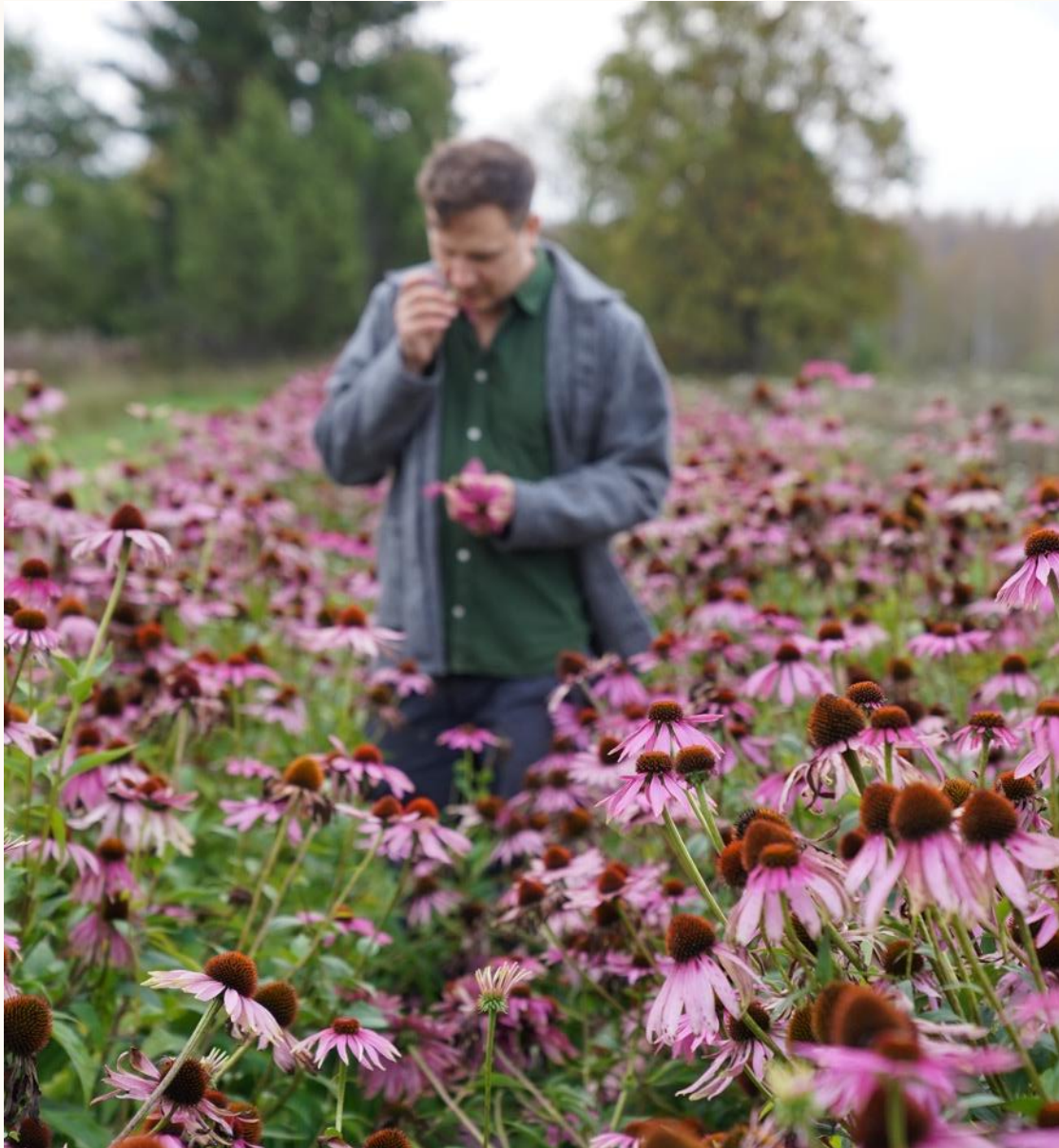


## Siänkärsämöuute

- Siänkärsämö, Achillea millefolium, Asteraceae eli asterikasvit
- Kasvinosat: kukkiva latvus.
- Elvyttää ruuansulatusta ja hengitysteiden terveyttä.
- Ulkoisesti desifioimaan ihoa.
- Kenelle: henkilöt, jotka kärsivät moninaisista vatsan haasteista.
  - Huom: Voi aiheuttaa asterikasveista johtuvaa ristiallergiaa esim. pujan suhteen.

ID: 2195: Respiratory health, Soothing for mouth and throat / Reliefs in case of tickle in the throat and pharynx / Soothing and pleasant effect on throat, pharynx and vocal cords.

ID:3717: "Traditionally used to facilitate the digestion" / "Used to facilitate the digestion" / "Contributes to the digestive comfort" / "Helps to support the digestion" / "Contributes to support the digestion".



# Frantsila

Tippavaarantie 6  
39200 Kyröskoski  
03 343 5500

[info@frantsila.com](mailto:info@frantsila.com)  
[www.frantsila.com](http://www.frantsila.com)  
[www.facebook.com/frantsilanluomuyrttitila](https://www.facebook.com/frantsilanluomuyrttitila)  
[instagram.com/frantsilaherbfarm](https://www.instagram.com/frantsilaherbfarm)

