

# AYNISEFA

## ( Calendula Officinalis )



En geniş etkili faydalara sahip , en güvenilir ve en kullanışlı bitkilerdendir. Kandil Çiçeği , Altuncuk , Ölü Çiçeği , Şamdan Çiçeği , Portakal Nergisi gibi isimlerle de anılır.

**Antioksidandır.** Hücrelerin daha uzun ve sağlıklı kalmasını sağlar.

**Antienflamatuar** ( hasar giderici ,iltihap giderici ) özelliği vardır. Ateş düşürücüdür.

Antispasmodik özelliği dolayısıyla bağırsak , idrar yolu gibi için boş organların ağrılarının ( Spazm ) giderilmesinde etkilidir.

**Yara iyileştirici özelliği vardır.** Yara yüzeyi ile yaraya neden olan iritanlar arasında bir bariyer oluşturur. **En iyi cilt ve mukoza antienflamatuarlarındandır.** Cilt ve mukoza ( İçi boş organların iç yüzeyindeki der tabakası ) hasarlarını ve iltihaplarını giderir.Ağız ve boğazda olan iltihap ve yaraların giderilmesinde faydalıdır.

Genital bölgede ve rahim de kan akımını düzenler , arttırır. Bu etkileri ile adet döngüsü üzerinde ve adet düzensizliğinde , adet sancılarında olumlu etkisi vardır. Hafif adet sökücüdür.

Safra ve diğer sindirim salgılarının akışını sağlar. Sindirim Sistemi ve karaciğer üzerine tonik bitkidir. Sindirim Sistemi ve Karaciğer koruyucudur.

Hafif ve yumuşak bir dışkı oluşturur. Kabızlık tedavisinde güvenle kullanılabilir.

**Sindirim Sistemi üzerine derin iyileştirici etkileri nedeniyle sindirim bozukluğu, flora bozukluğu, geçirgen bağırsak sendromu için spesifik ( özgül ) bir bitkidir.**

Antifungal ( Mantar öldürücü ) etkisi vardır.

**Kanserler , yara iyileşmesi, her tür sindirim problemlerinde ,Lenf iltihabı , karaciğer hastalıklarında, cilt hastalıklarında güvenle kullanılabilir.**

**Gebelik ve emzirme döneminde ağızdan herhangi bir şekli alınmamalıdır.** Kremleri kullanılabilir.

**Planlanmış bir ameliyattan 2 hafta önce kullanımı bırakılmalıdır.**

**Aynisefa alerjisi olanlar kullanmamalıdır.**

### ***AYNISEFA ÇAYI***

Bir çay kaşığı kurutulmuş Aynisefa (Aynısafa) Bitkisi, çeyrek litre kaynamış suya atılarak, 10 dakika kadar demlenip ılıtıldıktan / soğutulduktan sonra süzülerek , sabah akşam aç karnına şeklinde içilebilir.