

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

Чага берёзовая

СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1. Классический отвар

- 2 столовые ложки измельченной чаги
- 500 мл воды

Залить чагу холодной водой и оставить на 4 часа. Далее довести до кипения на медленном огне и варить 30 минут. После этого остудить, процедить и пить по 1/3 стакана 2-3 раза в день за 30 минут до еды.

2. Настой чаги в термосе

- 1 столовая ложка чаги
- 1 литр воды

Залить чагу горячей водой (60-70 градусов) и настоять в термосе 6-8 часов. Процедить и пить в течение дня по 100 мл 3 раза в день.

3. Чай из чаги с травами

- 1 чайная ложка чаги
- 1 чайная ложка шиповника
- щепотка листьев мелиссы или мяты

Смешать чагу с травами в заварочном чайнике. Залить 500 мл воды при температуре 70 градусов и настаивать 20-30 минут. Пить как обычный чай.


4. Холодный настой

- 2 столовые ложки чаги
- 1 литр холодной воды

Залить чагу холодной водой и оставить на 12 часов. Процедить и пить охлаждённым в течение дня.

ТАБЛИЦА - РУКОВОДСТВО

Показания к применению	Способ приготовления	Рекомендация по применению	Длительность курса
Укрепление иммунитета	Чай из чаги с травами	По 1 стакану 2 раза в день	2-4 недели
Очищение организма от токсинов	Настой чаги в термосе	По 100 мл 3 раза в день за 30 минут до еды	1 месяц
Снятие усталости и тонус	Холодный настой	По 1 стакану 2 раза в день	По мере необходимости
Заболевания ЖКТ (гастрит, язва)	Классический отвар	По 1/3 стакана 3 раза в день за 30 минут до еды	3-6 недель
Профилактика простуд	Чай из чаги с листьями смородины	По 1 стакану утром и вечером	1-2 месяца
Восстановление после болезни	Классический отвар	По 1/2 стакана 2 раза в день	2 месяца

 **ВАЖНО:** Перед началом приёма чаги рекомендуется проконсультироваться с врачом, особенно если у вас хронические заболевания или вы принимаете другие препараты.