

# Avantages pour la santé du Thé de Montagne de l'Olympe / Sideritis scardica

- Le thé de montagne contient un certain nombre de composants tels que les flavonoïdes, les diterpènes, le phénylpropionate, les iridoïdes et les monoterpènes. Au cours des dernières années, le thé de montagne a trouvé sa place au microscope scientifique afin de vérifier ses effets positifs sur le corps.
- Des scientifiques ont récemment suggéré que la promotion traditionnelle du thé de montagne par les Balkans comme panacée pour une pléiade de maladies pourrait être remarquablement proche de la vérité.
- Des études de laboratoire montrent les effets bénéfiques du thé de montagne. Les composés chimiques du thé de montagne peuvent contribuer à prévenir l'ostéoporose, car ils préviennent la perte de densité osseuse et améliorent la résistance mécanique de l'os.
- En Allemagne, d'autres études montrent que le thé de montagne peut également protéger de la maladie d'Alzheimer.
- Le thé de montagne stimule les sécrétions gastriques, il agit donc comme digestif. De plus, ses propriétés astringentes le rendent idéal pour traiter les inflammations de l'estomac et des intestins.
- Le thé de montagne protège contre le rhume, il est également antipyrétique et diaphorétique.
- Les propriétés bénéfiques trouvent une utilisation dans l'industrie de la beauté, car le thé de montagne est utilisé dans divers produits cosmétiques et articles de toilette, tels que les crèmes anti-âge (propriétés anti-oxydantes combattent les radicaux libres), les shampooings et les masques pour cheveux colorés (protège de la décoloration).