



Praktijk voor Acupunctuur & Chinese Fytotherapie

[www.ziyuanting.nl](http://www.ziyuanting.nl) • Sumatrakade 333 • 1019 PM Amsterdam • 020-4191160

---

## Gebruiksaanwijzing Chinese Kruidenformules – Granulaat

Wij gebruiken bij Zi Yuan Ting (bijna) altijd granulaten; poeder dat met wat water kan worden ingenomen als een thee.

### Dosering:

De standaarddosering is 3 maal daags 2 gram. Indien u een hogere of lagere dosis moet gebruiken, wordt dit altijd duidelijk aan u verteld door uw behandelaar.

2 gram = één volle maatlepel (wordt meegeleverd).

### Gebruik:

Los 1 volle maatlepel poeder (=2 gram) op in een kopje heet water, meng het goed en drink op. Doe opnieuw (lauwwarm) water in het kopje en drinkt dit weer op.

De kruiden kunnen het best een kwartier vóór of een half uurtje na de maaltijd worden ingenomen. Als u een dosis vergeten bent, neemt u die 's avonds voor het slapengaan nog in.