

**Algemene informatie**

Binnen de traditionele Chinese geneeskunde wordt al duizenden jaren gebruikgemaakt van de geneeskrachtige eigenschappen van Ginkgo biloba bij tal van klachten. In de westerse wereld wordt ginkgo voornamelijk toegeschreven aan de verbetering van de bloedcirculatie en hersenfuncties (geheugen, concentratie en leervermogen). Terzijde dat ginkgo-extract rijk is aan antioxidanten, heeft het ontstekingsremmende en neuroprotectieve eigenschappen, en stimuleert het de doorbloeding.



**Toepassingen**

Als je thee wilt zetten, doe je twee theelepels ginkgo biloba bij kokend water en laat je het tien minuten trekken.

**Achtergrond & Geschiedenis**

De ginkgoboom (of tempelboom) is een imponerende grote boom die wel 30 tot 40 meter hoog kan worden en een stamomvang kan bereiken van een meter.

In oude Chinese kruidenboeken werd het inhaleren van dampen van een heet aftreksel van ginkgobladeren al aanbevolen bij talloze klachten van huidziekten en luchtwegen.

