



NatuurlijkSimpel

Hopbellen

We kennen de Hop voornamelijk als de plant waar bier van wordt gemaakt. De vrouwelijke hopbellen zijn het basisingrediënt en kunnen ook in Nederland worden gekweekt. Wanneer de plant op een zonnige plek staat en genoeg water krijgt kan deze per zomer wel 5 tot 10 meter groeien. In de herfst sterft de plant weer af, maar in het voorjaar komen de scheuten weer enthousiast boven de grond.

De hopbellen worden vaak eind augustus geoogst. De bellen zijn klaar wanneer je het stuifmeel ziet zitten en ze +/- 5 cm groot zijn. De zoete geur verradt ook dat ze klaar zijn om geoogst te worden.

Los van het ingrediënt van bier, is de hop een krachtige plant die je verder kan helpen. Je kunt de hopbellen bijvoorbeeld als thee drinken, of toevoegen aan een theemix.

Inwendig heeft de hop de volgende werkingen:

- Verhoging van seksualiteit bij vrouwen.
- Overgangsklachten (opvliegers, nachtzweeten, stemmingswisselingen)
- Menstratieproblemen zoals; uitblijven van menstruatie, onvoldoende menstruatie, menstratiepijn en PMS
- Spanning; nervositeit, stress, rusteloos, prikkelbaar, angst.
- Problemen met spijsvertering; geen eetlust, winderigheid, opgeblazen gevoel, chronische diarree.

Zoals je leest helpt de hop bij zowel typische vrouwenproblemen, onrust en bij de spijsvertering.