

**Рецепт 1**

Необходимо взять: по 15 г ромашки и пустырника, по 10 г плодов шиповника, шалфея, боярышника, сушеницы, зверобоя, тысячелистника, календулы  
Все нужно измельчить и перемешать. Взять 2 столовые ложки сбора и залить 0,5 л кипятка. Дать настояться час, процедить. Пить нужно по полстакана с добавлением 1 чайной ложки меда 3 раза в день. Рекомендуется при климаксе и предменструальном синдроме.

**Рецепт 2**

Необходимо взять: по 20 г крапивы и череды, по 15 г травы фиалки и тысячелистника, по 10 г корней лопуха, листьев черной смородины, полевого хвоща  
Все нужно измельчить и перемешать. Взять 2 столовые ложки сбора и залить 0,5 л кипятка. Дать настояться час, процедить. Пить нужно по полстакана с добавлением 1 чайной ложки меда 3 раза в день. Рекомендуется при климаксе с зудом половых органов и кожными высыпаниями.