

Необходимо взять: по 20 г семян льна, плодов фенхеля, корней солодки, цветков липы, мяты перечной.

Все измельчить и перемешать. Взять 2 столовые ложки готовой смеси и залить 0,5 л кипятка. Поставить на огонь и прокипятить в течение 15 минут. Дать настояться в течение 2 часов и процедить. Добавить в отвар мед из расчета 1 столовая ложка на 200 г отвара. Пить нужно в теплом виде по 100 г 3 раза в день за 2 часа до еды.