

Dane aktualne na dzień: 13-09-2026 13:13

Link do produktu: <https://rafex.eu/czystek-100-g-p-13868.html>

## Czystek 100 G



|                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| Cena             | <b>4,00 zł</b>        |
| Numer katalogowy | <b>13868</b>          |
| Kod EAN          | <b>05906681927450</b> |
| Producent        | <b>Rafex</b>          |

### Opis produktu

## Czystek – ziele

**Nazwa polska:** Czystek

**Nazwa botaniczna:** *Cistus* spp.

**Rodzina botaniczna:** Cistaceae (czystkowate)

### Opis produktu

Czystek to naturalny surowiec roślinny pochodzący z krzewów rodzaju *Cistus*, występujących przede wszystkim w rejonie Morza Śródziemnego. W handlu zielarskim najczęściej spotyka się **czystek kreteński (*Cistus creticus* L.)** oraz **czystek ladanowy (*Cistus ladanifer* L.)**.

Produkt stanowią najczęściej **wysuszone i rozdrobnione nadziemne części rośliny**, obejmujące liście, łodygi oraz niewielkie fragmenty kwiatów. Surowiec charakteryzuje się zieloną do szarzieloną barwą oraz charakterystycznym, intensywnym aromatem.

### Skład

**100% suszone ziele czystka (*Cistus* spp.).**

Surowiec naturalnie zawiera m.in. **polifenole, flawonoidy, garbniki oraz inne związki roślinne**.

### Cechy produktu

- 100% naturalny surowiec roślinny,
- suszone i rozdrobnione nadziemne części czystka,
- naturalna zielona do szarzielonej barwa,
- charakterystyczny aromat,
- lekko cierpki, ziołowy smak,
- bez dodatków, barwników i konserwantów.

### Przechowywanie

Przechowywać w szczelnie zamkniętym opakowaniu, w suchym, chłodnym i zacienionym miejscu. Chronić przed wilgocią, światłem oraz obcymi zapachami. Przechowywać poza zasięgiem dzieci.

---

## Tradycyjne zastosowanie

Czystek jest tradycyjnie wykorzystywany jako składnik naparów ziołowych. Suszone liście i nadziemne części rośliny stosuje się przede wszystkim do przygotowywania aromatycznych napojów.

Czystek jest naturalnym źródłem polifenoli i innych związków roślinnych. Popularne przypisywanie mu szerokiego działania leczniczego nie powinno być utożsamiane z potwierdzonym działaniem klinicznym.

## Przeciwwskazania

- Nadwrażliwość lub alergia na czystek.
- Nie zaleca się stosowania u dzieci bez konsultacji ze specjalistą.
- Kobiety w ciąży i karmiące piersią powinny przed regularnym stosowaniem większych ilości skonsultować produkt z lekarzem lub farmaceutą.
- Osoby przyjmujące leki na stałe powinny zachować ostrożność przy regularnym stosowaniu skoncentrowanych preparatów z czystka.

## Środki ostrożności

- Nie przekraczać ilości zalecanej przez producenta.
- W przypadku wystąpienia reakcji alergicznej należy przerwać stosowanie.
- Nie należy zastępować leczenia zaleconego przez lekarza naparami z czystka.
- Produkt nie powinien zastępować zróżnicowanej diety ani zdrowego stylu życia.

## Możliwe interakcje

Dane dotyczące interakcji zwykłego naparu z czystka z lekami są ograniczone. Osoby przyjmujące leki regularnie, szczególnie leki o wąskim zakresie terapeutycznym, powinny przed częstym spożywaniem skoncentrowanych preparatów skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

## 📖 Ciekawostka

Czystki są charakterystycznymi roślinami obszaru śródziemnomorskiego. Wiele gatunków preferuje stanowiska suche, nasłonecznione i ubogie w składniki odżywcze. Ich kwiaty są zwykle różowe, białe lub purpurowe i mają delikatne, często pomarszczone płatki.

## 📖 Napar z czystka

### **Składniki:**

- 1-2 łyżeczki suszonego czystka,
- 250 ml gorącej wody.

### **Przygotowanie:**

Czystek zalać gorącą wodą, przykryć i pozostawić do zaparzenia na około **5-10 minut**. Następnie przecedzić.

Można spożywać jako aromatyczny napój ziołowy, zgodnie z przeznaczeniem produktu.

## Informacje dodatkowe

Produkt stanowi naturalny surowiec roślinny.

Nie jest produktem leczniczym ani suplementem diety. Informacje dotyczące tradycyjnego wykorzystania mają charakter informacyjny i nie stanowią deklaracji właściwości leczniczych produktu.