

## Milenrama (*Achillea millefolium*)



**Otros nombres:** Aquilea, milefolio, milera, milhojas, yerba de los carpinteros

**Nombre en inglés:** Milfoil

**Parte Utilizable:** Toda la planta



### Propiedades curativas

La infusión de milenrama se ha utilizado durante mucho tiempo para curar flatulencias, gastritis, enteritis, cálculos biliares, inflamaciones del hígado, ictericia y hemorragia internas. También se la emplea en casos de sangrados nasales, y rectal, causados por hemorroides, sangrado urinario y menstruación muy abundante



### Recomendada para las siguientes enfermedades

Tos	Asma	Hemorragia nasal
Hemorragias	Úlcera péptica	Colitis
Hepatitis	Enfermedades de la vesícula biliar	Ictericia
Hemorragia vaginal	Infecciones del sistema urinario	



### Preparación ([Ver preparaciones](#))

**Infusión:** Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 1 cucharadita de hojas secas y dejar reposar durante 5 minutos



### Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber 1 taza (8 oz) diaria en pequeñas dosis. Niños: Mitad de la dosis



### Ingredientes Activos

Aceite esencial con cineol y proazuleno, principio amargo, aquileña, tanino



#### **Contraindicaciones**

El uso prolongado de esta planta puede volver la piel demasiado sensible a la luz del sol, con aparición de manchas

[www.medicinalesplantas.com](http://www.medicinalesplantas.com)