

# Parsley

100 capsules, Single herb, Stock No.490-9

**P**arsley is more than just a garnish that sits, usually uneaten, on your plate at the restaurant. Few herbs are more familiar than parsley. It is cultivated almost everywhere in the world.

Parsley is a friend of the digestive and urinary systems. A member of the umbelliferous vegetable family, parsley contains powerful anticancer compounds.

## *Did you know?*

Parsley was not widely used in ancient medicine, but the Roman physician Galen prescribed it for "falling sickness" (epilepsy) and as a diuretic to treat water retention. The Romans also munched sprigs at banquets to freshen their breath - the origin of the parsley garnish on restaurant plates today.

## *NSP Advantage*

100 capsules. Single herb.

*Ingredients:* 335 mg of the finest parsley (*Petroselinum crispum*) leaves.

Parsley contains naturally-occurring amounts of calcium, magnesium, niacin, phosphorus, potassium, protein, riboflavin, sodium, and vitamins A, C, and K.

*Recommendation:* Take two capsules with a meal twice daily.

## Features & Benefits

- Aids digestion and freshens the breath.
- May help tone the urinary system through its diuretic action.
- Diuretic herbs enhance the elimination of wastes via the kidneys. This action may help dissolve and expel stones and gravel from the kidneys.
- Parsley has seen traditional use as an aid to clearing congestion due to coughs and colds.
- Traditionally used to relieve intestinal gas.
- Parsley has been shown to inhibit the secretion of histamine, which triggers allergy symptoms.

# Persil

100 capsules, Herbe simple, No de stock 490-9

Le persil est beaucoup plus qu'une simple garniture déposée sur le bord d'une assiette au restaurant et qu'on ne mange pas. Peu d'herbes sont aussi familières que le persil. Il est cultivé presque partout dans le monde.

Le persil est un ami des systèmes digestif et urinaire. Membre de la famille végétale des ombellifères, le persil contient de puissants composant anticancéreux.

## *Saviez-vous que?*

Le persil n'était pas abondamment prescrit par le médecine de l'Antiquité, mais la médecin romain Galien le prescrivait pour la "maladie de la chute" (épilepsie) et comme diurétique pour soigner la rétention d'eau. Les Romains le grignotaient lors de banquet pour se rafraîchir l'haleine, ce qui est à l'origine de la garniture de persil que l'on retrouve dans nos assiettes au restaurant aujourd'hui.

## *Avantages NSP*

100 capsules. Herbe simple.

*Ingrédients:* Feuilles de persil (*Petroselinum crispum*). Le persil contient des quantités de calcium, magnésium, niacine, phosphore, potassium, protéines, riboflavine, sodium, vitamines A, C et K présents naturellement

*Mode d'emploi:* Prendre deux capsules au repas deux fois par jour.

## Caractéristiques et Bienfaits

- Aide la digestion et rafraîchit l'haleine.
- Peut aider à tonifier le système urinaire grâce à son action diurétique.
- Les herbes diurétiques améliore l'élimination des déchets par les reins. Cette action peut aider à dissoudre et éliminer les calculs et la gravelle des reins.
- Le persil a été utilisé traditionnellement comme aide pour éliminer la congestion due à la toux et au rhume.
- Utilisé traditionnellement pour soulager la flatulence.
- Il a été démontré que le persil inhibe la sécrétion d'histamines qui déclenchent les symptômes d'allergie.