

Nadel-Tee:

Kräuterkundige auf der ganzen Welt wussten schon immer um die Vorteile dieses einfachen natürlichen Tees. Kiefernadeltee wird seit Tausenden von Jahren weltweit medizinisch genutzt.

Shikimsäure *) und **Suramin** **) sind aus Kiefernadeln isolierte Extrakte, die auch im Kiefernadeltee (Heißwasseraufguss mit Kiefern-, Tannen-, Zedern- oder Fichtennadeln) enthalten sind.

Die Shikimisäure ist die Basis für Tamiflu (schulmedizinisches Grippemittel) und wird zur Virenbekämpfung eingesetzt. In der TCM (Traditionellen Chinesischen Medizin) wird Shikimisäure zur Heilung von Seuchen und Atemwegserkrankungen verwendet.

Suramin steht der Ärzteschaft seit fast 100 Jahren zur Verfügung, wirkt stark **antioxidativ** (Radikalfänger) und hat hemmende Wirkungen gegen Komponenten der Gerinnungskaskade und gegen die unangemessene Replikation und Modifikation von RNA und DNA, die als Nebenwirkung der „Covid-Spritze“ und über ausgeschiedene Spike-Proteine auch bei „Ungespritzten“, auftreten können. Der Nadeltee wirkt also u.a. einer übermäßigen Gerinnung entgegen, die Blutgerinnsel, Schlaganfälle und ungewöhnlich starke Menstruationszyklen auslösen kann.

Die ganze pflanzliche Quelle (die Nadeln) ist dem Einzelstoffextrakten (Suramin) überlegen – weil die Nadeln eine vollständige Ergänzung von Phytonährstoffen besitzen, welche zahlreiche zusätzliche Vorteile bieten, die das Extrakt nicht bieten kann. Als Tee erhält man ein milderes Extrakt aus dem ganzen „Kraut“, das viele Eigenschaften noch intakt lässt, die durch übermäßiges Erhitzen während der Destillation und weiteren Zerlegung seiner vielen Nährstoffkomponenten zerstört.

Nadeltee wirkt außerdem:

- Schmerzlindernd
- Antibakteriell
- antimykotisch (gegen Pilze)
- entzündungshemmend
- antimikrobiell (gegen Keime)
- antioxidativ
- immunmodulierend
- die Durchblutung verbessernd
- kräftigend
- lymphatisch
- entspannend
- nervöse Erschöpfung und Müdigkeit lindernd
- antiseptisch (desinfizierend)
- antitumoral
- antitussiv (hustenstillend)
- antiviral
- aromatisch
- adstringierend
- abschwellend
- entgiftend
- harntreibend
- schleimlösend
- Muskelkater lindernd
- restaurativ
- nervenstärkend

*) Shikimisäure: [shikimisäure - PMC - NCBI \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/101111111/)

**) Suramin: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7038244/>



Zubereitung:

1 l Wasser am Herd zum Kochen bringen.

1-2 EL Nadeln zugeben

Den Topf vom Herd nehmen und rasch mit einem passenden Deckel versehen, damit die wertvollen ätherischen Öle erhalten bleiben.

Nach ca. 1 Minute den zugedeckten Topf zurück auf die Herdplatte stellen und auf **niedriger** Hitze 15-20 Min. köcheln (NICHT kochen!) lassen.

Zubereitung -Schnellvariante:

1 l Wasser zum Kochen bringen, über die Nadeln gießen, 5-10 Minuten ziehen lassen, abseihen und über den Tag verteilt genießen.

Anmerkung:

- Mit der gewählten Menge und Dauer des ziehen Lassens kann die Geschmacksintensität den persönlichen Wünschen angepasst werden.
- Um keine Schwebstoffe im Tee zu haben, empfehlen wir für den feinen Nadeltee ein Teefiltersäckchen aus Papier oder Baumwolle zu verwenden.

Einnahmemenge:

Präventiv trinken wir trinken täglich **3 Tassen** pro Person. An den Tagen wo wir vermehrt mit Menschen zu tun haben, die sich mit der Covid-Spritze behandeln ließen, **verdoppeln** wir die Einnahmemenge.

Tipps:

- Der Tee kann am Abend im Voraus zubereitet werden. Oder es wird gleich eine größere Menge auf einmal zubereitet. Im Kühlschrank hält er sich erfahrungsgemäß 2-3 Tage.
- Das Mischen mit anderen Kräutern bringt Abwechslung in den Geschmack und die Wirkung. Du kannst ihn auch mit etwas Honig süßen und/oder mit einem Spritzer Zitronensaft variieren.
- Wenn du eine starke Entgiftungsreaktion hast, verwende zunächst weniger Tee, bis dein Körper in der Lage ist, eine stärkere Menge zu verarbeiten.
- Grundsätzlich ist es empfehlenswert für das Teekochen Metalltöpfe zu meiden und stattdessen Kochtöpfe aus Emaile oder hitzefestem Glas zu verwenden.

Vorsichtsmaßnahme:

Es ist bekannt, dass es bei Rindern zu spontanen Fehlgeburten kommt, wenn sie frische Kiefernnadeln als Nahrungsquelle zu sich nehmen, so dass diejenigen, die eine Schwangerschaft erwarten (oder bereits schwanger sind), den Konsum von Kiefernnadeltee natürlich vermeiden sollten.

*) Shikimisäure: [shikimisäure - PMC - NCBI \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/PMC7038244/)

**) [Suramin: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7038244/](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7038244/)