



©Copyright 2020 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Einnahmeempfehlung

Erwachsenen-Sirup:

Bei Bedarf: 2-3x täglich 1 Esslöffel

Kinder-Sirup:

Bei Bedarf: 2-3x täglich 1 Teelöffel

(Vor der Einnahme kurz schütteln)

Hinweis: Wegen der Wirkung auf die Atemwege, sollten Fichtenspitzen nicht bei *Asthma bronchiale* und bei *Keuchhusten* angewendet werden



Fichten-Kräuter-Sirup

Aus frischen Fichtenwipfel, Thymian, Spitzwegerich und Salbei

Familie

Bei den frischen Fichtenspitzen oder „Fichtenwipfel“ handelt es sich um die ganz jungen und hellen Nadeltriebe der Fichten (*Picea*). Die Fichten sind der Familie der Kieferngewächse (*Pinaceae*) zuzuordnen.

Beheimatet

Fichten sind in Nordamerika, Europa und Asien anzutreffen, wobei in Mitteleuropa lediglich die Gemeine Fichte (*Picea abies*) heimisch ist. Letztere ist auch als Gewöhnliche Fichte oder „Rottanne“ bekannt und erstreckt sich weiter hin bis über Skandinavien und den Balkan.

Verwendete Pflanzenteile

Die jungen, hellen Nadeltriebe der Fichte werden jedes Jahr fürs Neue aus unseren heimischen Wäldern frisch geerntet und weiterverarbeitet, da frische Triebe den höchsten Inhaltsstoffgehalt aufweisen. Beachtet wird hierbei, dass das natürliche Wachstum der Bäume nicht beeinträchtigt wird, weswegen nur vereinzelt junge Triebe mehrerer Bäume entnommen werden.

Inhaltsstoffe (der Fichtenwipfel)

Fichtenwipfel enthalten wertvolle ätherische Öle mit den darin wichtigsten Komponenten *Bornylacetat* und *Borneol*. Zudem ungesättigte Terpenkohlenwasserstoffe, Flavonoide und Vitamin C.

Anwendung

Man geht davon aus, dass Fichtenspitzen im deutschsprachigen Raum schon seit mindestens der Zeit der Germanen medizinisch eingesetzt werden. Sie wirken **schleimlösend**, **bakterienabtötend** und **entzündungshemmend**, weswegen sie sehr hilfreich bei Entzündungen der Atemwege und Reizhusten sein können. Schleim, der sich in den Atemwegen festgesetzt hat, wird gelöst und kann abgehustet werden. So lindern sie z.B. die Symptome einer verstopften Nase. Diese Eigenschaften werden hauptsächlich mit den enthaltenen ätherischen Ölen in Verbindung gebracht. Wir von SAGRUSAN® verwenden zur Herstellung des Sirups keinen Zucker sondern ausschließlich Bio-Löwenzahnhonig und verfeinern ihn zudem mit unseren **Bio-Thymian-**, **Bio-Salbei-** und **Bio-Spitzwegerich-Tinktur**, die allesamt bei der Behandlung von Erkältungen und Entzündungen der Atemwege unterstützen.