

Thé Lapacho : 10 raisons d'en boire souvent (en 2020)

Le lapacho est un arbre à feuilles caduques, avec des fleurs de couleur rose.

Près de 100 espèces de lapacho sont connues, mais seules quelques-unes d'entre elles donnent un produit de haute qualité, et il faut des cueilleurs extrêmement doués pour faire la distinction.

Le lapacho est également connu sous le nom portugais de [Pau D'Arco](#), et sous des noms tribaux tels que **Tahebo** et **Ipe Roxo**.

Les Indiens du Brésil, du nord de l'Argentine, du Paraguay, de la Bolivie et d'autres pays d'Amérique du Sud utilisent le lapacho à des fins médicales depuis des milliers d'années.

Le thé au lapacho est également appelé "**thé des Incas**".

Cette [tisane](#), qui est populaire en Amérique du Sud, offre de nombreux [bienfaits pour la santé](#).

Il est fabriqué à partir de l'écorce interne de l'arbre de lapacho appelé **Pink Ipe**, originaire d'Amérique du Sud.

Cette tisane ne contient pas de [caféine](#), et elle est riche en vitamines et minéraux essentiels qui aident à maintenir la santé et la vitalité.

Le thé de lapacho, par exemple, contient

- du fer
- calcium
- magnésium
- du manganèse
- de l'iode
- du bore
- et du baryum.

Les bienfaits du thé au lapacho pour la santé :



Le lapacho est un arbre, présent en Amérique du Sud

- **1. Elle traite et prévient différentes maladies**

Comme:

- l'arthrite,
- le diabète,
- les problèmes intestinaux,
- les infections de la vessie,
- l'asthme
- et le cancer.

Son utilisation est à bien des égards parallèle à celle des stimulants que sont l'échinacée sur ce continent et le ginseng en Asie, sauf que son action semble les dépasser tous deux en termes de potentiel de traitement du cancer.

L'absence d'effets secondaires fait de la lapacho un traitement de choix, même en association avec des formes de thérapie.

- **2. Elle a un effet laxatif**

L'utilisation régulière du lapacho permet de maintenir la régularité des selles.

Les utilisateurs de lapacho signalent tous un relâchement agréable et modéré des intestins qui conduit à une plus grande régularité sans effets secondaires désagréables tels que la diarrhée.

- **3. Il fonctionne comme un antibiotique naturel**
- **4. Il a un effet anti-âge**

Les essais montrent une inhibition certaine des radicaux libres par les constituants du lapacho.

Les radicaux libres sont même fortement impliqués dans le processus normal de vieillissement.

Inverser leur action est devenu un enjeu majeur dans les cercles de santé mondiaux.

- **5. Il renforce le système immunitaire**

Réduit les risques de contracter une affection médicale en raison de ses effets antimicrobiens plutôt puissants.

- **6. Il améliore la santé du sang et de la moelle osseuse**

L'augmentation de la production de globules rouges améliorerait la capacité du sang à transporter l'oxygène.

Ceci, à son tour, pourrait avoir des implications importantes sur la santé dans tout le corps.

- **7. Elle réduit les symptômes de la grippe**

Les maladies infectieuses les plus courantes sont:

- le rhume
- la fièvre
- les brûlures
- la détresse respiratoire
- l'irritation cutanée
- les infections à levures
- les infections osseuses
- la dysenterie
- et d'autres maladies infectieuses.

8. Elle est également utile pour le traitement des maladies chroniques

Comme le lupus, le psoriasis et [la maladie de Parkinson](#).

- **9. Elle est utile pour lutter contre les effets secondaires qui se produisent couramment avec différents médicaments tels que les:**

1. vertiges
2. les nausées
3. l'anémie
4. et la diarrhée.

- **10. Il réduit la douleur, l'inflammation et les autres symptômes de l'arthrite grâce à ses effets anti-inflammatoires.**

S'il ne fait aucun doute que le lapacho est très toxique pour de nombreux types de cellules

- cancéreuses
- virus
- bactéries
- champignons
- parasites
- et autres types de microorganismes

Il semble n'avoir aucune toxicité significative pour les cellules humaines saines.

Les effets secondaires principalement rencontrés, et généralement avec des constituants isolés du lapacho, se limitent à des nausées et à des effets anticoagulants à très fortes doses, au relâchement des intestins, et à la diarrhée.

Comment préparer le thé au lapacho?



Le thé de lapacho est riche en minéraux et est une boisson très saine

Il existe un certain nombre de façons uniques de préparer le thé lapacho.

Chaque région de chaque pays a sa propre recette de thé au lapacho.

La recette de base de ce thé qui apporte tant de bienfaits pour la santé nécessite deux cuillères à [café](#) d'écorce de lapacho pour chaque litre d'eau.

Faites [infuser](#) l'écorce de l'arbre dans l'eau bouillante et maintenez-la à feu doux pendant cinq à dix minutes.

Laissez le thé prendre pendant 20 à 30 minutes après l'avoir retiré du feu afin qu'il s'infuse complètement.

Conservez le thé dans votre réfrigérateur après l'avoir préparé.

Le thé Lapacho restera frais et conservera ses bienfaits pour la santé pendant quelques jours.

Combien de temps

Le lapacho peut être utilisé périodiquement à titre préventif pendant la saison des rhumes et de la grippe, ou lorsque les risques d'infection sont élevés.

L'expérience a montré que le lapacho se consomme de préférence sous [forme de thé](#), à raison d'une ou deux tasses par jour, matin et soir.

Utilisé de cette manière, il favorise la santé du système immunitaire, aide à prévenir l'apparition de rhumes et de gripes, maintient l'intestin en bonne santé et peut avoir d'autres effets thérapeutiques importants, notamment un effet positif sur l'arthrite, la douleur, les infections localisées (par exemple, le candida) et les infections systémiques.

Pendant les périodes d'infection aiguë et active, le lapacho doit être administré plusieurs fois par jour sous forme de thé.

Il est fortement recommandé par la sagesse du folklore que le lapacho soit systématiquement combiné avec le yerbamate.

Le yerbamate, bien sûr, confère lui-même une grande quantité d'action médicinale.

Découvrez dans cet article: [Les 5 bienfaits du thé Oolong \(en 2020\)](#)