

Zambroza – napój owocowy, antyoksydacyjny



Nature's Sunshine zebrała najzdrowsze owoce i naturalne składniki z całego świata i połączyła je w jeden pyszny napój Zambrozę. Jest on wypełniony zdrowymi bioflawonoidami, ksantonami i innymi silnymi przeciwutleniaczami.

KORZYŚCI

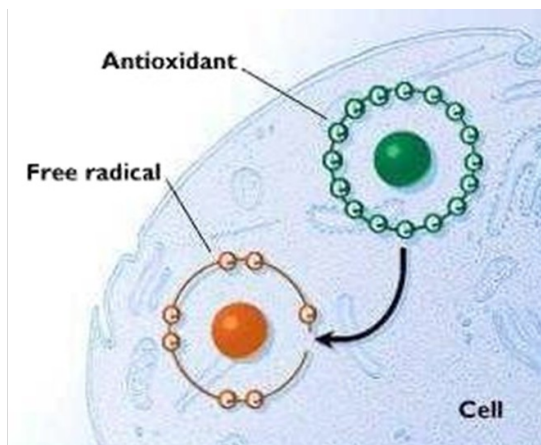
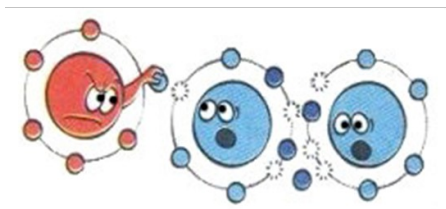
- - Poprawia kondycję systemu immunologicznego.
- - Wspomaga układ sercowo-naczyniowy.
- - Dodaje energii.
- - Naturalną bronią organizmu przeciwko wolnym rodnikom

Zanim odpowiemy na pytanie, czym są przeciwutleniacze musimy przyjrzeć się bliżej tzw. wolnym rodnikom. Wolne rodniki są wytwarzane przez ludzki organizm w sposób naturalny, jako produkt uboczny metabolizmu tłuszczów, detoksykacji wątroby, wytwarzania energii oraz reakcji odpornościowych. Są to cząsteczki organicznych związków o jednym wolnym elektronie. Wolne rodniki dążą do pozbycia się lub uzupełnienia wolnego elektronu, wykorzystując w tym celu każdy związek znajdujący się w sąsiadujących komórkach. W poszukiwaniu takiej możliwości są niezwykle aktywne, a przemieszczając się szybko po całym organizmie, zachowują się jak biologiczne pociski, gdyż uszkadzają wszystko, co napotykają na swojej drodze. Uszkodzenia powodowane przez wolne rodniki wywołują wiele negatywnych skutków, począwszy od przedwczesnego starzenia się, aż po rozmaite schorzenia.

Naturalną bronią organizmu przeciwko wolnym rodnikom są przeciwutleniacze. Unieszkodliwiają one wolne rodniki zanim te uszkodzą przyległe komórki. Organizm ludzki zazwyczaj wytwarza wystarczającą ilość przeciwutleniaczy do zwalczania wolnych rodników, jednak czynniki takie jak: skażone środowisko, dym tytoniowy, światło i promieniowanie ultrafioletowe zwiększają siłę działania wolnych rodników. W takiej sytuacji ilość przeciwutleniaczy wytwarzanych w sposób naturalny przez organizm może być niewystarczająca do walki z wolnymi rodnikami. Niezbędne jest więc uzupełnienie poziomu przeciwutleniaczy.

Najbogatszym źródłem przeciwutleniaczy są warzywa i owoce, gdyż zawierają dużo bioflawonoidów. W codziennym jadłospisie nie powinno zabraknąć czerwonych winogron, grejpfrutów, pomarańczy, marchwi, kapusty, brokułów, czosnku, warzyw strączkowych czy ziół. Badacze Amerykańskiego Wydziału Rolnictwa stwierdzili, że zioła, oprócz poprawiania smaku potraw, są także doskonałym źródłem

przeciwutleniaczy. Najwięcej z nich znajduje się w oregano. Stosowanie ziół to szybki i łatwy sposób na przyswojenie skoncentrowanej dawki przeciwutleniaczy, bez dodatkowych kalorii. Oprócz zwalczania wolnych rodników, przeciwutleniacze wspomagają wytwarzanie energii i powstawanie nowych, zdrowych tkanek.



SPOSÓB DZIAŁANIA

Zambroza zawiera składniki bogate w bioflawonoidy i przeciwutleniacze.

Bioflawonoidy wspomagają wchłanianie witaminy C, podnoszą kondycję naczyń włosowatych oraz biorą udział w tworzeniu kolagenu. Ponadto wspierają układ odpornościowy organizmu. Przeciwutleniacze przeciwdziałają szkodliwemu działaniu wolnych rodników i wpływają korzystnie na każdy organ i układ w organizmie człowieka. Jednym z najważniejszych składników Zambrozy jest mangostan, owoc występujący we wschodnich krajach tropikalnych np. w Tajlandii. Owoc mangostanu to najlepsze znane źródło związków zwanych ksantonami, które wspierają układ odpornościowy i sercowo-naczyniowy.



Mangostan właściwy (*Garcinia mangostana*) Od wielu pokoleń mangostan był i jest ceniony przez mieszkańców południowej Azji. Według starożytnej legendy, Budda przemierzając tropikalne dżungle, zauważył ten owoc i spróbował go. Kiedy odczuł jego dobroczynny wpływ, pobłogosławił mangostan i podarował go ludziom, jako dar niebios. To dlatego owoc ten jest postrzegany przez Azjatów jako jeden z

najbardziej świętych i cennych owoców.

ORAC (zdolność absorpcji rodników tlenowych) – to miara antyoksydacyjnych wartości substancji. Wartości ORAC dla większości owoców i warzyw zostały określone przez standardowe laboratoria i opublikowane w naukowych

czasopiśmie. Według referencji pewnych stron internetowych mangostan posiada ORAC **17000 do 24000!** Porównując - wartość ORAC 100 gram suszonych śliwek wynosi 5770. Dotychczas suszone śliwki miały opinię prawdziwego mistrza ORAC.

Dr Duke, opierając się na swoich lub innych naukowców badaniach, spisał oczekiwane korzyści zdrowotne składników owocu mangostanu, podając również ich dzienne dawki. Pełna lista korzyści jest niewyobrażalna - zawiera 138 oddzielnych właściwości. Oto liczne, korzystne działania, zaobserwowane przez większość osób spożywających mangostan:

- antylipemiczne (obniża LDL);- antyhypertensyjne (obniża ciśnienie tętnicze)
- zapobiegające miażdżycy;- kardioprotekcyjne (chroni mięsień sercowy);
- hipoglikemiczne (obniżający poziom cukru we krwi)
- zmniejszające otyłość (naturalna utrata masy ciała);
- działanie przeciw parkinsonizmowi i chorobie Alzheimera, korzystny w innych postaciach otępienia;
- przeciwdepresyjne, przeciwłkowe, w tej samej kategorii botanicznej jak dziurawiec;
- przeciwgrzybicze, przeciwbakteryjne;
- przeciwwirusowe, stosowane do leczenia zapaleń skóry, zakażeń ran, grzybicy wywołanej przez dematofity, trądzika;
- przeciwzapalne, przeciwgorączkowe;
- immunostymulujące;
- przeciwbiegunkowe;
- zapobiegające jaskrze i zaćmie;
- przeciwnowotworowe;
- zapobiegające starzeniu się

-

Malina właściwa - Owoc zawiera liczne kwasy organiczne m.in. kwas jabłkowy, askorbinowy i cytrynowy, śluz, pektyny, lotne związki zapachowe, cukry, tłuszcze, białka, prowitamina A, i niewiele witamin: B1, B2, B6, C, PP; sole mineralne (wapń, żelazo, miedź i fosfor), lecytynę, garbniki (w liściach) oraz związki żywiczne.





Borówka wysoka - Owoce borówki amerykańskiej wyróżniają się przede wszystkim **wysoką wartością dietetyczną i dużymi zasobami ważnych składników odżywczych**, co sprawia, że są cennym elementem zbilansowanej i zdrowej diety. Bogate są zwłaszcza w mikro- i makroelementy, a w szczególności w wapń fosfor i potas. Nad borówką prowadzono wiele badań naukowych, które pokazały, że

zawiera ona też znaczne ilości związków antyoksydacyjnych. Są to substancje chroniące organizm przed szkodliwym działaniem wolnych rodników wpływających na rozwój, np. chorób nowotworowych. Okazało się, że owoce borówki amerykańskiej mają najwyższą aktywność antyoksydacyjną spośród wszystkich owoców, czyli **najmocniej przeciwdziałają powstawaniu raka (!)**

Kolejną ich cechą jest to, że zawierają również wiele substancji biologicznie czynnych oraz enzymów **obniżających poziom cholesterolu**. Tak więc borówki, dzięki swoim właściwościom, **pomagają zapobiegać chorobom nowotworowym i chorobom krążenia**. Poza tym **obniżają zbyt wysokie ciśnienie krwi** zwiększające ryzyko zawału i chorób krążenia, gdyż oczyszczają naczynia krwionośne oraz wzmacniają tętnice i żyły. Borówki uznano za **eliksir młodości** i znalazło to potwierdzenie w testach prowadzonych na zwierzętach, gdzie osobniki karmione borówkami achowywały przez dłuższy czas lepszą sprawność ruchową i pamięć oraz duże zdolności oznawcze. Podobny wpływ borówka ma zresztą na ludzi - **chroni komórki nerwowe przed stresem, co poprawia funkcjonowanie układu nerwowego**.

Najnowsze badania dowiodły, że jedzenie owoców borówki przyspiesza również regenerację komórek nerwowych malejącą w starszym wieku, a nawet indukuje tworzenie się nowych komórek (!) Ma **pozytywny wpływ na pamięć, opóźnia procesy starzenia się oraz poprawia wygląd skóry, która dłużej zachowuje swoją młodość**.

W owocach borówki znajdują się również związki zwane proantycyjanidami, które **zapobiegają infekcjom dróg moczowych**, gdyż zmniejszają zdolność bakterii do przylegania do ścian przewodów moczowych. Od wielu lat znane jest też **regeneracyjne działanie owoców borówki na wzrok**. Spożywanie ich i picie soku borówkowego poleca się szczególnie kierowcom samochodów oraz osobom spędzającym dużo czasu przed komputerem.



Winogrona - zawierają dużo witamin: B, C, D, E i PP oraz mikroelementów: boru, wapnia, żelaza, magnezu, potasu i miedzi, dzięki czemu dotleniają i odtruwają organizm, zwiększając przy tym jego odporność. Są łatwo strawne, mają właściwości regenerujące i moczopędne. Pobudzają pracę wątroby, chronią przed rozwojem niewydolności żył i naczyń limfatycznych, która objawia się mrowieniem,

drętwieniem, żylakami i obrzękami. Największa siła winogron tkwi w skórce i szypułkach, skąd pochodzą polifenole. Są one dla roślin tym, czym dla ludzi białe ciała krwi – obroną przed chorobami. Polifenole to przeciwutleniacze, które zmniejszają ryzyko raka i zawału serca, zapobiegają osadzaniu się tłuszczu na ściankach naczyń krwionośnych.



Wyciąg z rokitnika zwyczajnego (*Hippophae rhamnoides*) - Już w

starożytności rokitnik zwyczajny był używany w leczeniu chorób skóry. Obecnie wielu producentów kosmetyków wykorzystuje ekstrakt rokitnika w swoich produktach do pielęgnacji skóry. Przede wszystkim stosowane są w preparatach służących do odmładzania skóry. Bogaty w przeciwutleniacze oraz cenne kwasy tłuszczowe rokitnik zwyczajny poprawia

cerę oraz przeciwdziałania procesowi starzenia się skóry związanemu z uszkodzeniami naskórka. Do tego czasu nie były przeprowadzane badania testujące korzyści związane ze stosowaniem rokitnika zwyczajnego. Jednak nieliczne badania wskazują, że używanie rokitnika w formie suplementów może pomóc w leczeniu niektórych problemów z cerą przykładowo wyprysków.

W medycynie od dawna rokitnik zwyczajny wykorzystywany był do stymulacji układu trawiennego, wzmocnienia serca i wątroby oraz leczenia chorób skóry. Obecnie rokitnik zwyczajny jest świetnym naturalnym środkiem na następujące problemy zdrowotne: Atretyzm, Cukrzyca, Wypryski (trądzik), Nadciśnienie, Wysoki poziom cholesterolu, Stany zapalne, Trądzik różowaty

Badania przeprowadzane w 2010 roku przez *European Journal of Clinical Nutrition* wykazały, że stosowanie rokitnika zwyczajnego może pomóc utrzymać prawidłowy poziom cukru we krwi i zapobiegać cukrzycy typu 2. W doświadczeniu z udziałem 10 zdrowych osób odkryto, że po spożyciu posiłków bogatych w cukry przy przyjmowaniu rokitnika zwyczajnego nie nastąpił skok cukru we krwi.



Lycium barbarum (Jagody Goji lub Licyjskie jagody)

od dawien dawna odgrywały ważną rolę w tradycyjnej medycynie chińskiej, uważa się że te jagody wspomagają system immunologiczny, poprawiają wzrok, chronią wątrobę, wspomagają produkcję plemników oraz poprawiają krążenie oraz inne korzyści zdrowotne. W tradycyjnej medycynie chińskiej Licyjskie jagody są słodkie o odczynie obojętnym. Oddziałują na pracę

wątroby, płuc oraz nerek, wzmagają energię yin yin. Licyjskie jagody są również używane w tradycyjnej medycynie koreańskiej, japońskiej oraz tybetańskiej.

Jak poprzednio zostało wspomniane wzmianki o jagodach Goji pochodzą z 7 wieku n.e. dynastia Tang Tang Dynasty w rozprawie Yaoxing Lun. Lecznicze właściwości Goji są opisane i dyskutowane w opracowaniach pochodzących z 16 wieku n.e. w Kompendium Medycznym Dynasti Ming Ming Dynasty Compendium of Materia Medica autorstwa Li Shizhen. Licyjskie jagody zawierają polisacharydy które wykazują właściwości przeciwutleniające in vitro oraz mogą również posiadać inne biologiczne właściwości in vivo, badania są nadal prowadzone (od roku 1991 ukazało się na ten temat 20 publikacji naukowych PubMed, February 2007).

Jagody są dobrym źródłem błonnika jakkolwiek zawarte w nich polisacharydy mogą powodować fermentacje bakteryjną w jelicie grubym, kilkanaście krótkołańcuchowych kwasów tłuszczowych np. kwas butanowy który może dostarczać korzyści zdrowotnych. Licyjskie jagody zawierają również zeaksantynę, ważny dietetycznie karotenoid, który jest selektywnie wchłaniany i transportowany do plamki żółtej w oku macula lutea uważa się że odgrywa tam rolę przeciwutleniacza i ochrania oko poprzez pochłanianie nadmiarów określonych długości fal świetlnych. Badania na ludziach potwierdziły że regularne pobieranie Licyjskich jagód powoduje wzrost ilości zeaksantyny w osoczu krwi.

Opublikowano kilkanaście prac naukowych głównie w Chinach potwierdzających korzystne efekty medyczne kolcowoju Lycium barbarum szczególnie ze względu na właściwości przeciwutleniające, włączając w to potencjalne korzyści związane z leczeniem chorób naczyniowych, zapaleń, chorób oczów. (t.j. związane z wiekiem zwyrodnienia macular degeneration i glaukomą glaucoma), posiadają właściwości ochronne dla uk. nerwowego oraz przeciwnowotworowe modulujące pracę uk. immunologicznego immunomodulatory

SKŁAD (zawartość składników w 15 ml):

- mieszanina skoncentrowanych wyciągów owocowych (malina właściwa, winorośl właściwa, winorośl lisia, borówka wysoka) – 3207 mg,
- sproszkowany mangostan właściwy (*Garcinia mangostana*) – 380 mg,
- wyciąg ze skórek czerwonych winogron (*Vitis vinifera*) – 103 mg,
- wyciąg z owocni mangostanu właściwego (*Garcinia mangostana*) – 33 mg,
- wyciąg z rokitnika zwyczajnego (*Hippophae rhamnoides*) – 15 mg,
- wyciąg z owocu kolcowoju zwyczajnego (*Lycium barbarum*, *Jagoda Goji*) – 15 mg,
- wyciąg z pestek czerwonych winogron (*Vitis vinifera*) – 3 mg,
- wyciąg z zielonej herbaty (*Camellia sinensis*) – 3 mg,
- wyciąg z jabłek (*Malus domestica*) – 3 mg.
- Inne składniki: woda oczyszczona, benzoesan sodu (*naturalny środek konserwujący, który jest produkowany z jeżyn i żurawiny*).

ZALECANE STOSOWANIE:

15 ml (1 łyżka stołowa) dziennie. Można przyjmować dodatkową łyżkę, jeżeli zachodzi potrzeba. Sok można dodać do wody lub innych napojów. Zamieszać przed użyciem.