



AquaSource Turmeric Complex με Βρομελίνη, Τζίντζερ και Φύλλο Ελιάς

Ένα από τα πιο δημοφιλή πιάτα σε πολλά μέρη του κόσμου είναι το κάρρι, το οποίο περιέχει μια ποικιλία από πεντανόστιμα μπαχαρικά. Το πιο γνωστό και μελετημένο μπαχαρικό, ο κουρκουμάς, είναι ένα φυτό εγγενές στην Ινδία και την Ινδονησία. Απολαμβάνει τον σεβασμό των ντόπιων για τα μαγειρικά και θεραπευτικά του οφέλη για περισσότερα από 5.000 χρόνια. Ο κουρκουμάς «ταξίδεψε» στη Δύση μέσω Αράβων εμπόρων πριν από 1.000 χρόνια περίπου, και σήμερα χρησιμοποιείται ευρέως σε ολόκληρο τον κόσμο.

Ο κουρκουμάς χαρίζει στο κάρρι το έντονο κίτρινο χρώμα και συμβάλλει στην αρωματική, πιπεράτη, ζεστή και ελαφρώς πικρή γεύση του. Όντας συγγενής του τζίντζερ, έχει επίσης μια οξύτητα που θυμίζει τζίντζερ.

Σύμφωνα με το Ινδικό φυσικό ιατρικό σύστημα της Αγιουρβεδικής ιατρικής, ο κουρκουμάς ανέκαθεν αποτελούσε ένα από τα σημαντικότερα μπαχαρικά για πολλούς λόγους. Ένα από τα πλεονεκτήματά του είναι ότι δρα ως προσαρμογόνο, πράγμα που σημαίνει ότι μπορεί να βοηθήσει το σώμα και το μυαλό να προσαρμοστούν στη σωματική και πνευματική καταπόνηση. Ως εκ τούτου, είναι ονομαστό για την ικανότητά του να ενισχύει δυνητικά την ενέργεια, τη δύναμη, την αντοχή και την πνευματική διαύγεια.

Βασικά Πλεονεκτήματα

- ✓ Ενισχύει την αποκατάσταση των μυών και των αρθρώσεων όσων ακολουθούν έναν ενεργό τρόπο ζωής.
- ✓ Βοηθά στην ανακούφιση των καταπονημένων αρθρώσεων και της μυϊκής δυσφορίας των ηλικιωμένων.
- ✓ Περιέχει βρομελίνη, για επιπλέον υποστήριξη μυών και αρθρώσεων.
- ✓ Σχεδιασμένο με μαύρο πιπέρι για μεγιστοποίηση της απορρόφησης των θρεπτικών συστατικών και ειδικά της κουρκουμίνης.
- ✓ Όλα τα συστατικά χρησιμοποιούνται για εκατοντάδες χρόνια ως αρχαίες αποτελεσματικές φυσικές θεραπείες.



Περισσότερα
<https://fikia-afa.weebly.com/>

Πολλοί επαγγελματίες στον τομέα της υγείας θεωρούν τον κουρκουμά τον βασιλιά των μπαχαρικών, λόγω των πολλαπλών οφελών του. Σύμφωνα με πολλές μελέτες, ο κουρκουμάς επηρεάζει θετικά την υγεία των κυττάρων, τη λειτουργία της πέψης, τις αρθρώσεις, τη ρύθμιση του σακχάρου του αίματος, τα μάτια και το δέρμα σας. Σύμφωνα με την Ινδική, αλλά και άλλες κουλτούρες, ο κουρκουμάς αποτελεί μια ευεργετική τροφή για το δέρμα.

Δρα ως αντιοξειδωτικό παρέχοντας προστασία ενάντια στις ρίζες υδροξυλίου και έτσι μπορεί να συνεισφέρει στην προστασία των κυτταρικών σας μιτοχονδρίων, του DNA και του RNA. Φυσικά, είναι πολύ δημοφιλής μεταξύ εκείνων που ενδιαφέρονται για ουσίες που βοηθούν στην αντιγήρανση.

Ο κουρκουμάς περιέχει ένα μικρό ποσοστό μιας ομάδας ενώσεων που ονομάζεται κουρκουμινοειδή, τα οποία περιλαμβάνουν την κουρκουμίνη (σε ποσοστό 2 με 6 τοις εκατό, κατά προσέγγιση). Τόσο το μπαχαρικό, όσο και το εκχύλισμα των κουρκουμινοειδών, έχουν τα δικά τους ειδικά πλεονεκτήματα για την υγεία. Ο κουρκουμάς περιέχει όλα τα βιοφλαβονοειδή που απαντώνται στη φύση, ενώ η κουρκουμίνη αποτελεί μόνο ένα μέρος του κουρκουμά, το οποίο σύμφωνα με κάποιους είναι το και πιο ενεργό μέρος. Η αλήθεια είναι ότι και τα δύο είναι επωφελή με τον δικό τους τρόπο. Γι' αυτό και το AquaSource Turmeric Complex με Βρομελίνη, Τζίντζερ και Φύλλο Ελιάς, περιέχει και τα δύο.

Ο κουρκουμάς έχει μακρά ιστορία επιτυχημένης χρήσης στην ανακούφιση των μυϊκών πόνων, ενώ βοηθά στο πρόβλημα των δύσκαμπτων και φθαρμένων αρθρώσεων.

Ο κουρκουμάς και η κουρκουμίνη συνιστώνται συχνά σε άτομα που καταναλώνουν ή έχουν καταναλώσει γλουτένη και έχουν, ως αποτέλεσμα, προβλήματα στην πέψη ή άλλα θέματα υγείας. Αυτό συμβαίνει όλο και περισσότερο, ενώ μάλιστα τα επηρεαζόμενα άτομα συχνά δεν αντιλαμβάνονται ότι η γλουτένη συμβάλει σε μεγάλο βαθμό στα προβλήματα υγείας τους.



Το AquaSource Turmeric Complex με Βρομελίνη, Τζίντζερ και Φύλλο Ελιάς, περιέχει επίσης ορισμένα υποστηρικτικά συστατικά, όπως:

ΒΡΟΜΕΛΙΝΗ: Η βρομελίνη βρίσκεται στον ανανά, κυρίως στο κεντρικό μέρος και το στέλεχος, τα οποία πολλοί τείνουν να απορρίπτουν όταν καταναλώνουν φρέσκο ανανά. Αυτό το ένζυμο χρησιμοποιείται παραδοσιακά ως ισχυρός παράγοντας κατά των φλεγμονών από χειροπράκτες και οστεοπαθητικούς. Συνιστάται, επίσης, συχνά από διατροφικούς θεραπευτές ως πεπτικό βοήθημα, καθώς και για τους τραυματισμούς στους τένοντες και τους συνδετικούς ιστούς, τα διαστρέμματα δευτέρου βαθμού, τις φθαρμένες και καταπονημένες αρθρώσεις.

ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΡΙΖΑΣ ΤΖΙΝΤΖΕΡ: Το τζίντζερ έχει μακρά ιστορία ασφαλούς και αποτελεσματικής χρήσης για διάφορους σκοπούς. Σχεδόν όλοι γνωρίζουν την ικανότητά του να καταπραΰνει τις στομαχικές διαταραχές. Δρα κατευναστικά και λέγεται επίσης ότι συμβάλλει στη διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων σακχάρου στο αίμα. Η λίστα με τα οφέλη από την κατανάλωση τζίντζερ είναι εκτενής.

ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΚΑΝΕΛΑΣ: Η κανέλα ταιριάζει ιδανικά με το στρόντελ μήλου και τον καπουτσίνο. Υπάρχει όμως ένας πολύ καλός λόγος, εκτός από τη νοστιμιά της, για τον οποίο ολόένα και περισσότεροι άνθρωποι θα μπορούσαν να ωφεληθούν από την προσθήκη αυτού του μπαχαρικού στα τρόφιμα και τα ροφήματά τους. Είναι γνωστό ότι η κανέλα μειώνει τον ρυθμό με τον οποίο απορροφάται η γλυκόζη στην κυκλοφορία του αίματος και εν συνεχεία στα κύτταρα. Αυτό είναι πολύ σημαντικό για όσους χρειάζονται επιπλέον βοήθεια στη ρύθμιση του σακχάρου στο αίμα τους. Είναι, επίσης, γνωστή πηγή αντιοξειδωτικών ουσιών. Η AquaSource χρησιμοποιεί κανέλα Κεϋλάνης, η οποία είναι ανώτερη σε σχέση με την πολύ πιο διαδεδομένη Κασσία.

ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΦΛΟΙΟΥ ΛΕΥΚΗΣ ΣΗΜΥΔΑΣ: Το AquaSource Turmeric Complex περιέχει μικρή ποσότητα Εκχυλίσματος Φλοιού Λευκής Σημύδας. Ο φλοιός της λευκής ιτιάς χρησιμοποιείται για περισσότερα από 2.500 χρόνια από Κινέζους, Αιγύπτιους και Έλληνες γιατρούς, καθώς και από ιθαγενείς Αμερικάνους στη Βόρεια Αμερική. Η λευκή ιτιά χρησιμοποιείται από τους βοτανολόγους με τρόπο παρόμοιο με την ασπιρίνη. Ενώ, όμως, η ασπιρίνη συνδέεται συνήθως με την πρόκληση βλαβών στα τοιχώματα του στομάχου, οι τανίνες της λευκής ιτιάς προστατεύουν τα τοιχώματα του στομάχου.



ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΑΛΟΗΣ ΒΕΡΑ: Οι αρχαίοι Αιγύπτιοι αποκαλούσαν την αλόη βέρα «Φυτό της Αθανασίας». Ένας από τους πολλούς μύθους γύρω από αυτό το φυτό, είναι ότι αποτελούσε μέρος της ρουτίνας ομορφιάς για δύο βασίλισσες της Αιγύπτου, τη Νεφερτίτη και την Κλεοπάτρα.

Όντας αυτήν τη στιγμή πιο δημοφιλές από ποτέ, το φύλλο της αλόης βέρα είναι εξαιρετικά ισχυρό, ενώ οι διατροφικές και θεραπευτικές ιδιότητές του είναι εντυπωσιακές. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι περιέχει ένα πλήρες πρωτεϊνικό προφίλ, καθώς και τα οκτώ απαραίτητα αμινοξέα είναι παρόντα, ενώ 20 από τα 22 αμινοξέα που απαιτούνται από τον ανθρώπινο οργανισμό περιέχονται στο φύλλο της αλόης. Ο οργανισμός μπορεί να δημιουργήσει τα άλλα δύο αμινοξέα που λείπουν από τα υπόλοιπα που είναι παρόντα. Το φύλλο περιέχει επίσης μεγάλη ποικιλία βιταμινών και μετάλλων, καθώς και οκτώ διαφορετικά ένζυμα, λιπαρά οξέα και βιοφλαβονοειδή. Η AquaSource ασφαλώς και πρόσθεσε αυτό το εκπληκτικό φυτό σε αυτήν τη σύνθεση. Η αλόη βέρα είναι γνωστή ως το φυτό των πρώτων βοηθειών σε διάφορα θέματα του δέρματος και του πεπτικού συστήματος, αλλά έχει και μια μακρά λίστα άλλων χρήσεων.

ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΦΥΛΛΟΥ ΕΛΙΑΣ: Όλοι γνωρίζουμε τα οφέλη της Μεσογειακής διατροφής και ότι ένας σημαντικός λόγος για την επιτυχία της οφείλεται στην πρόσληψη ελαιολάδου με υψηλή περιεκτικότητα σε ελευρωπαΐνη. Τόσο τα φύλλα όσο και οι ίδιες οι ελιές έχουν μελετηθεί ευρέως και έχει επιβεβαιωθεί ότι περιέχουν πολλές ισχυρές βιοδραστικές ενώσεις που δρουν ενάντια στην οξειδωση και τις φλεγμονές, μεταξύ πολλών άλλων ευεργετικών ιδιοτήτων.

ΕΚΧΥΛΙΣΜΑ ΜΑΥΡΟΥ ΠΙΠΕΡΙΟΥ: Το μαύρο πιπέρι είναι ένα μπαχαρικό, εξαιρετικά δημοφιλές στη μαγειρική, που χρησιμοποιείται για αιώνες. Το ενεργό συστατικό του είναι η πιπερίνη, η οποία ενισχύει τη βιοδιαθεσιμότητα της κουρκουμίνης, της βασικής ένωσης στον κουρκουμά. Αυτός ο ισχυρός συνδυασμός πιπερίνης και κουρκουμίνης λειτουργεί καλύτερα, ενώ συχνά τονίζεται η συνεισφορά του στην υποστήριξη της καλής υγείας.

Δύο κάψουλες του Turmeric Complex παρέχουν 10 mg πιπερίνης. Σύμφωνα με μια μελέτη που δημοσιεύτηκε στο επιστημονικό περιοδικό *Planta Med* το 1998, η πιπερίνη είναι γνωστή για την ικανότητά της να παρεμβαίνει στον μεταβολισμό διάφορων φαρμάκων και συμπληρωμάτων. Ιδίως, αυξάνει τη βιοδιαθεσιμότητα της κουρκουμίνης (από τον κουρκουμά) κατά 2.000%. Ωστόσο, δεν ισχύει πάντα το «όσο περισσότερο τόσο καλύτερα». Επομένως, η μέγιστη συνιστώμενη ημερήσια δόση για το AquaSource Turmeric Complex είναι 6 κάψουλες.

Περισσότερα
<https://fikia-afa.weebly.com/>

Για πλήρεις διατροφικές πληροφορίες σχετικά με όλα τα προϊόντα AquaSource (συστατικά, οδηγίες, αλλεργιογόνα και τυχόν προειδοποιήσεις, κατά περίπτωση), παρακαλούμε επισκεφθείτε τον ιστότοπό μας www.aquasource.net

© Copyright AquaSource Algae Group Ltd. All rights reserved.
30.06.2021

