

# NATÜRLICHE VORTEILE VON CRANBERRIES



Cranberries sind reich an Antioxidantien! Die Inhaltsstoffe der Cranberries haben eine antioxidative Wirkung. Auf diese Weise schützen sie vor oxidativem Stress, der zu Schäden an der DNA und an Zellbestandteilen führt und so die vorzeitige Alterung und die Entstehung von Krankheiten fördert.



Die chemische Zusammensetzung der Cranberries hemmt nachweislich das Wachstum von Bakterien. Studien zeigen, dass Cranberries etwa 80 % der antibiotikaresistenten Bakterienstämme vernichten!



Die zahlreichen Anthocyane, Flavonoide und das Vitamin E, die in der Cranberry-Frucht enthalten sind, sind ein wichtiger Faktor bei der Verringerung der Entwicklung von Krankheitsprozessen in unserem Körper.



Das antioxidative Potenzial von Cranberries erhöht sich, wenn sie zusammen mit anderen Früchten, insbesondere Äpfeln, verzehrt werden.



Der hohe Gehalt an Proanthocyanidinen vom Typ A schützt die Harnwege vor Bakterien, die sich an den Wänden der Harnröhre und der Blase festsetzen.



Harnwegsinfektionen werden seit vielen Jahren mit Cranberries behandelt. Die in den Cranberries enthaltenen Anthocyanidine und Quercetin schützen vor Erkrankungen des Kreislaufsystems.



Der niedrige Energiewert von Cranberries, nur 49 kcal pro 100 g, und ihre guten Reinigungseigenschaften machen die Frucht und den Cranberrysaft zu einem großartigen Verbündeten beim Abnehmen.



Wie wäre es mit der Verwendung von Cranberries in Ihrer täglichen Hautpflege? Der Fruchtextrakt wirkt antibakteriell, antimykotisch, feuchtigkeitsspendend, festigend und straffend. Es trägt zur Versorgung der Hautzellen mit Vitaminen bei, stärkt die Immunabwehr der Haut und reguliert den pH-Wert der Haut.