

Żurawinowy alfabet zdrowia



Żurawina to bogactwo przeciwutleniaczy! Składniki żurawiny wykazują działanie przeciwutleniające.

Chronią tym samym przed stresem oksydacyjnym, w efekcie którego uszkodzeniu ulega DNA i składniki komórkowe, co sprzyja przedwczesnemu starzeniu i rozwojowi chorób.



Udowodniono, że skład chemiczny żurawiny hamuje rozwój bakterii. Przeprowadzone badania wskazują, że żurawina niszczy ok.80% szczepów bakterii odpornych na antybiotyki!



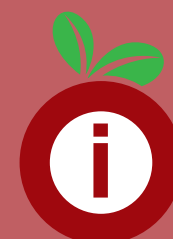
Rozliczne zawarte w owocach żurawiny antocyjany, flawonoidy czy witamina E stanowią ważny czynnik redukujący rozwój procesów chorobowych w naszym organizmie.



Antyoksydacyjny potencjał żurawiny wzrasta gdy spożywana jest z innymi owocami, zwłaszcza z jabłkami.



Wysoka zawartość proantocyjanidyn typu A chroni układ moczowy przed „przyczepianiem” się bakterii do ścianek cewki moczowej i pęcherza.



Infekcje układu moczowego są od wielu lat leczone przy pomocy żurawiny. Antocyjanidyny i kwercetyna, obecne w żurawinie chronią przed chorobami układu krwionośnego.



Niska wartość energetyczna żurawin, zaledwie 49kcal w 100g, plus dobre właściwości oczyszczające sprawiają, że owoce i sok z żurawiny są wspaniałym sprzymierzeńcem w odchudzaniu.



A może wykorzystać żurawinę w codziennej pielęgnacji? Ekstrakt z owoców działa, antibakteryjne, przeciwgrzybicze, nawilżające, ujędrniające i napinające. Wspomaga dostarczanie komórkom skóry witamin, wzmacnia odporność immunologiczną skóry, a także reguluje pH skóry.