

Organizmus sa bez nich nezaobíde

VŠELIEK MENOM CESNAK

Keby sme nemali obavy z jeho pachu, ktorý je naozaj intenzívny, určite by sme ho jedli častejšie. Reč je o cesnaku, ktorého vynikajúce účinky na ľudský organizmus poznali už v starovekom Egypte, no nedajú naň dopustiť ani východné národy.

Najvýznamnejšou zložkou cesnaku sú sírne zlúčeniny, z nich najmä alicín, ktorý si poradí napríklad so stafylokokmi či salmonelou v zažívacom trakte, čím optimalizuje stav črevnej flóry. Vzácné sú predovšetkým jeho minerálne látky – horčík, fosfor, železo, zinok, jód, draslík, sodík, vápnik a ďalšie, ako aj vitamíny – B1, B2, K, zanedbateľná nie je ani kyselina listová. Vďaka tomu má vynikajúce antibakteriálne, protiplesňové a protikvasinkové účinky, znižuje hladinu

škodlivého cholesterolu a krvného tlaku, rozširuje cievy a podieľa sa na boji proti ukladaniu vápnika na ich stenách, dokonca zlepšuje aj prekrvenie mozgu, čím podporuje procesy myslenia a pamäť, bráni aj sklerotickým zme-

nám. V chrípkovom období posilňuje imunitu ľudského organizmu a podporuje vylučovanie škodlivín z tela. Pre ženy a mladé dievčatá by mohol byť zaujímavý aj ďalší účinok tohto prírodného zázraku – pôsobí proti starnutiu pleti a pomáha pri liečbe akné tým, že výrazne zredukuje, dokonca aj zničí baktérie.

NEPODCEŇTE NEDOSTATOK DRASLIKA!

Po vápniku a fosfore je tretím najčastejšie sa vyskytujúcim minerálom v ľudskom tele. Nachádza sa vnútri buniek a podporuje viaceré biochemické procesy. Najdôležitejšie je azda vedieť, že jeho nedostatok poškodzuje srdce a celkovú činnosť nervov – „riadi“ prenos vzruchov z nervov do svalov. Vďaka nemu sa odvádza z krvi cukor, reguluje hospodárenie tela s vodou a ostatnými tekutinami, ako aj acidobázickú rovnováhu. Dostatok draslíka je nevyhnutný pri metabolizme sacharidov a bielkovín v ľudskom organizme, niekedy vo väčšom množstve pôsobí aj diuretický – pomáha z tela odstraňovať škodlivé látky. Draslík sa stráca pri potení, následkom saunovania, no aj pri ťažkej fyzickej práci alebo záťažovom športovaní. O draslík prichádza telo aj pri hnačke, nechutenstve a tiež zápche. Práve na nedostatok tohto minerálu reaguje telo veľmi citlivo a vysielá signály, ktoré nehodno podceňiť: nechutenstvo často ústiace do nevoľnosti, svalovú slabosť aj poruchy krvného obehu, srdcovú arytmiu a celkové podráždenie.

-bv-



NATUR
VITA
P

ALLICOR

s cesnakom na ťažkosti

Cesnak obsahuje látky, ktoré sú pre organizmus nevyhnutné. Povzbudzujú obranoschopnosť a črevnú mikroflóru. **Čerstvý cesnak nemôžete jesť stále, Allicor áno.**

- sušina cesnaku udrží aj tie látky, ktoré pri tepelnom spracovaní cesnaku unikajú
- nenadúva, nepáchne po ňom z úst
- odporúčaná cena 2,70 €
- balenie obsahuje 60 tabliet



DRASLÍK

Pokiaľ jete menej zeleniny – dopĺňajte draslík

- patrí k najdôležitejším prvkom v organizme
- prispieva k udržaniu normálneho krvného tlaku, nervovej sústavy a činnosti svalov
- pomáha vytvárať rovnováhu v bunkách
- odporúčaná cena 2,20 €
- balenie obsahuje 60 tabliet



Viac na www.happytrade.sk Výživový doplnok

Dostanete v lekárnach za priaznivé ceny

Dovádza: HAPPY TRADE spol. s r.o.
M. M. Hodžu 10, 960 01 Zvolen
tel. 00421/907/686 880
Vyrába: NATURVITA a.s., Veselá 227
763 15 Slušovice, Česká republika