Dane aktualne na dzień: 28-03-2024 12:59

Link do produktu: https://sztukawitamin.com/rukiew-wodna-90-kapsulek-p-1694.html



Rukiew Wodna - 90 kapsułek

Cena	**37,00 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Czas wysyłki	**2-10 dni**
Numer katalogowy	**EAN-13: 5907483417163**
Kod EAN	**EAN-13: 5907483417163**
Producent	**YANGO**

Opis produktu

Silny antyoksydant i naturalne bogactwo witamin.

Rukiew wodna to silny antyoksydant i naturalne bogactwo witamin. Skutecznie spowalnia wolne rodniki tlenowe, wykazując jednocześnie potencjał antybakteryjny.

Aż **45 dni** suplementacji.
500 mg ekstraktu 20:1 w dawce dziennej.
Bez dodatków i wypełniaczy.
Kapsułki roślinne, delikatne dla żołądka, przyjazne wegetarianom i weganom.

Silny antyoksydant

Beta-karoten oraz flawonoidy (głównie kwercetyna) zwalczają nadmiar wolnych rodników tlenowych krążących w ustroju, co zapobiega powstawaniu groźnych stanów zapalnych oraz spowalnia proces starzenia organizmu, co wpływa na ochronę komórek przed degradacją.

JAKOŚĆ, KTÓRA CZYNI CUDA.

Składnik aktywny	**1 kapsułka**	**2 kapsułki**
Ekstrakt 20:1 z liści rukwi wodnej	250 mg	500 mg
Pozostałe informacje		
Kapsułek w opakowaniu	90 kapsułek	
Rodzaj kapsułek	Roślinne	
Sugerowana dawka dzienna	2 kapsułki	
1 opakowanie wystarcza na	45 dni	

Sposób użycia: 2 kapsułki dziennie w trakcie posiłku. Popić dużą ilością wody.

Składniki:Suchy ekstrakt z liści rukwi wodnej (*Nasturtium officinale*) DER 20:1, celuloza mikrokrystaliczna.

Informacja: Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety i zdrowego trybu życia. Przechowywać w ciemnym i suchym miejscu w temperaturze pokojowej, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Osoby przyjmujące leki przed użyciem powinny skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą. Niewskazane małym dzieciom, kobietom w ciąży oraz karmiącym. Wyprodukowano w Unii Europejskiej. Podmiot odpowiedzialny: YANGO Sp. z o.o. Masa netto: 22,5 g.

Informacja alergiczna: produkt nie zawiera glutenu, cukru, składników mlecznych, soli spożywczej, kukurydzy, skorupiaków, pszenicy, soi.
Produkowane bez użycia sztucznych substancji konserwujących, zapachowych lub barwiących.
Produkt wolny od metali ciężkich, takich jak arsen, kadm, ołów czy rtęć.

Główny Inspektorat Sanitarny: GIS-ŻP-SD-4230-04346/KC/19

Rukiew wodna

Rukiew wodna (*Nasturtium officinale*) jest wieloletnią rośliną z rodziny kapustowatych, o drobnych białych kwiatach i pierzastych liściach. Występuje na terenach podmokłych, w pobliżu czystych zbiorników wodnych, w zbiorowiskach szuwarowych. Zasiedla brzegi potoków, rzek i rowów. Naturalny obszar jej występowania obejmuje zachodnią, środkową i południową Europę; rozprzestrzeniła się ona jednak również na wschodnią Azję, południową Afrykę, Amerykę, Australię i Nową Zelandię. W Polsce jest rzadko spotykana, nieliczne stanowiska rozproszone są w całym kraju, poza jego północno-wschodnią częścią. Rukiew nazywana jest również rzeżuchą wodną. Obecnie uprawiana jest jako warzywo i zioło lecznicze, w Niemczech, Francji i Szwajcarii na dużą skalę.

Witaminy i minerały

Częścią jadalną rośliny są liście, młode pędy i nasiona. Rukiew wodna zawiera wszystkie składniki odżywcze ważne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu. Obfituje w witaminy: A, z grupy B, C, E i K oraz sole mineralne: wapń, żelazo, magnez, fosfor, potas, sód, cynk, mangan, selen i jod. Pod względem ilości tych drogocennych składników przewyższa większość warzyw znanych z dużej gęstości odżywczej i dlatego została uznana za najzdrowsze warzywo świata. Charakterystyczny pikantny, korzenny i nieco słodkawy smak zawdzięcza zawartości izotiocyjanianów. Roślina ta idealnie nadaje się do sporządzania zup, past, sałatek, kanapek, tart i koktajli.

Zastosowanie w medycynie naturalnej

Bogactwo substancji odżywczych decyduje o właściwościach leczniczych rukwi, doceniła to już medycyna ludowa. Warto włączyć tę roślinę do codziennej diety, gdyż jej spożywanie przynosi korzyści zdrowotne:

- leczy awitaminozę – z uwagi na dużą zawartość najważniejszych witamin i minerałów wyciąg z rukwii (glikonasturcyna) zalecany jest osobom z poważnymi niedoborami substancji odżywczych;
- działa antyoksydacyjnie – beta-karoten oraz flawonoidy (głównie kwercetyna) zwalczają nadmiar wolnych rodników tlenowych krążących w ustroju, co zapobiega powstawaniu groźnych stanów zapalnych oraz spowalnia procesy starzenia organizmu, co wpływa na ochronę komórek przed degradacją, a tym samym na:

1. zdrowie skóry – rukiew spowalnia procesy jej starzenia skóra staje się bardziej jędrna, gładka i elastyczna, lepiej nawilżona, mniej zaczerwieniona oraz ma mniej zmarszczek i przebarwień; do zdrowego wyglądu skóry przyczyniają się też witamina E i C oraz kolagen, którego produkcję stymuluje witamina A – rukiew stosuje się w maskach i okładach;
2. zapewnienie prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego – rukiew chroni komórki nerwowe przed neurodegeneracją, co zapewnia lepsze samopoczucie psychiczne, poprawę pamięci i koncentracji oraz zapobiega chorobie Alzheimera i chorobie Parkinsona;

- zmniejsza ryzyko zachorowania na nowotwory – izotiocyjanianiy hamują namnażanie komórek rakowych i zapobiegają nawrotom choroby, a beta-karoten działa przeciwutleniająco, czyli zmniejsza ryzyko rozwinięcia się nieleczonych stanów zapalnych w nowotwory;
- wzmacnia kości – zawartość witaminy K oraz wapnia wzmaga mineralizację tkanki kostnej, co zapobiega złamaniom i osteoporozie;
- zapewnia dobry wzrok i zmniejsza ryzyko rozwoju zwyrodnienia plamki żółtej – zawartość beta-karotenu;
- pobudza pracę układu pokarmowego – leczy zaparcia i zaburzenia pracy wątroby;
- stabilizuje poziom cukru we krwi;

- obniża poziom trójglicerydów i złego cholesterolu (LDL) we krwi, jednocześnie podwyższając poziom dobrego cholesterolu (HDL), chroni więc przed powstawaniem groźnych zakrzepów w naczyniach krwionośnych, prowadzących do miażdżycy, nadciśnienia tętniczego i innych chorób układu krwionośnego;
- działa wykrztuśnie, pomagając przy uporczywym kaszlu (infekcyjnym lub alergicznym);
- działa moczopędnie, wspomagając detoksykację organizmu;
- leczy stany zapalne, m.in. błony śluzowej jamy ustnej;
- działa antybakteryjnie;
- wspomaga leczenie reumatyzmu;
- podnosi odporność organizmu – zawartość witaminy C.

W ogródku lub na parapecie

Rukiew z powodzeniem można uprawiać w przydomowym ogródku lub w doniczce. Wysiewa się ją na przełomie kwietnia i maja, wschodzi po około 4 tygodniach. Ta niezwykła roślina jadalna zapewni organizmowi wszystkie niezbędne składniki odżywcze oraz zapobiegnie wielu dolegliwościom. Jednak osoby cierpiące na wrzody żołądka i dwunastnicy, chorobę wrzodową jelit oraz zapalenie nerek nie powinny jej jeść w dużych ilościach.

PROSIMY NIE ŁACZYĆ W JEDNYM ZAMÓWIENIU PRODUKTÓW OD INNYCH PRODUCENTÓW