

**JEM ABY
ZDROWO
żyć**

PRZEDMOWA

Profilaktyka jest to dodawanie zdrowia do zdrowia już istniejącego. Posługując się tą myślą proponuje Państwu lekturę tej książki jako przewodnika po zdrowej, funkcjonalnej żywności. 70 % chorób na które cierpi przeciętny mieszkaniec Ziemi zależy od tego co znajdziemy na talerzu czyli od tego co jemy. Od tysięcy lat żywność uważano za skuteczne lekarstwo. Natomiast w ostatnim stuleciu leki farmaceutyczne uznano za „cudowne”, przez co w dużej mierze zapomnieliśmy o bogatej spuściźnie medycyny ludowej.

Tej książki proszę nie traktować jako podręcznika medycznego, z którego dowiedzie się Państwo o metodach leczenia różnych schorzeń. Pragnę podzielić się z czytelnikami praktycznymi uwagami na temat profilaktyki zdrowia, która może być stosowana przez wszystkich ludzi szanujących zdrowie własne i swoich najbliższych.

O TOKSYNACH SŁÓW KILKA

Wraz z postępem cywilizacyjnym człowieka otacza środowisko coraz bardziej zdegradowane, pełne zniszczeń i substancji toksycznych. Oddychamy zatrutym powietrzem, pijemy zanieczyszczoną wodę, z rozpuszczonymi w niej toksynami, a w naszych mieszkaniach spotykamy się ze szkodliwymi związkami. W USA obliczono, że w ciągu roku mieszkańcy mają kontakt z co najmniej 65000 lotnych lub stałych związków, z których niemal 1/3 jest szkodliwa dla zdrowia, a około 2000 jest radioaktywnych. Substancje te wnikają do organizmu, gromadzą się w nim i po pewnym czasie osiągają stężenie powodujące wystąpienie licznych dolegliwości np.: zmęczenia, niepokoju, depresji, upośledzenia wchłaniania składników odżywczych, nadpobudliwości, bóli głowy, podatności na zakażenia, objawów skórnych, przykrego zapachu ciała, uczuleń itd. Wiele poważnych chorób wywołanych jest tak zwanym wtórnym obiegiem toksyn w organizmie.

Objawy te nie występują jednocześnie, ich nasilenie jest zróżnicowane i często uchodzi uwadze lub jest bagatelizowane.

Medycyna holistyczna, zorientowana na organizm człowieka jako funkcjonalną całość, głosi od dawna, że jeżeli wszystkie jego czynności znajdują się w równowadze, to jest on odporny na różne czynniki chorobotwórcze. Na skutek zatoksyczenia organizmu dochodzi do zaburzeń w przemianie materii i

międzykomórkowej wymianie a to nieuchronnie prowadzi do postępującego zatrucia organizmu. Jest wówczas niezwłoczną koniecznością udzielanie organizmowi pomocy w usuwaniu zgromadzonych substancji toksycznych.

Produktem oczyszczającym organizm jest miąższ aloesowy, czysty lub z dodatkiem pektyn jabłkowych i żurawin – firmy Forever Living Products.

Wzbogacając naszą dietę miąższem aloesowym, pozwalamy aby aloes odtruł nas. On to potrafi. Ponieważ mechanizm autodetoksykacji trwa od kilku do kilkunastu miesięcy aloes jest dla cierpliwych .

Cokolwiek będziemy chcieli osiągnąć w sensie zdrowotnym, pamiętajmy, że miąższ Aloe Vera lub Berry Nectar to jest podstawa i od tego produktu zaczynamy.

POTĘGA ALOE VERA

Aloe Vera jest jednym z cudów natury w swoim botanicznym królestwie. Dwie główne cechy aloesu stawiają go ponad innymi roślinami leczniczymi. Pierwsza cecha : aloes jest rośliną zdumiewająco zgodną. Druga cecha: aloes to roślina niewiarygodnie uniwersalna, ale nie może być traktowana jako złoty środek do wszystkiego.

W centrum naszego zainteresowania jest wyłącznie wnętrze liścia aloesowego czyli miąższ aloesowy oczyszczony ze skóry liścia i aloiny.

Właściwości Aloe Vera

Właściwości przeciwbólowe

Aloe Vera redukuje ból po zastosowaniu go na zainfekowane miejsce w przeciwieństwie do większości środków dostępnych na rynku posiada on ogromną zdolność głębokiego wnikania dzięki czemu blokuje ból w głębokich warstwach skóry.

Właściwości przeciwzapalne i przeciwalergiczne

Aloes działa podobnie jak sterydy np.: kortyzon, ale bez skutków ubocznych. Działanie to posiadają liczne składniki aloesu. Najważniejsze z nich to glikoproteiny, które hamują i niszczą bradykininę, główny czynnik wyzwalający ból i stan zapalny. Aloes zawiera także liczne antrachinony oraz salicyлаты, które są tymi samymi substancjami przeciwzapalnymi i przeciwbólowymi, jakie można znaleźć w aspirynie. Aloes jest bardzo pomocny w leczeniu uszkodzeń

mechanicznych skóry i oparzeń, ponieważ zawiera mleczan magnezu, substancję hamującą wydzielanie histaminy jako reakcję układu immunologicznego na działanie czynnika drażniącego.

Działanie wspomagające

Aloes zawiera wysoki poziom wapnia, potasu, cynku, witaminy C i E. Składniki te biorą udział w formowaniu sieci włókien wyłapujących czerwone ciała krwi, co przyspiesza proces zdrowienia. Wapń jest bardzo ważnym elementem wpływającym na prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego i mięśniowego.

Działanie keratolityczne

Jest to działanie prowadzące do usunięcia uszkodzonej skóry i zastąpienie jej nowymi, zdrowymi komórkami. Należy tu także umożliwienie swobodnego przepływu krwi przez żyły i tętnice poprzez czyszczenie ich z małych skrzepów.

Działanie antybakteryjne

Przykładem jest zahamowanie szkodliwego działania wielu bakterii, np. salmonelli oraz gronkowca produkującego ropę. Ponadto jest skuteczny przeciwko pałeczce okrężnicy (escherichia coli) i paciorkowcom. Efektywnie zwalcza grzyba Candida Albicans. Aloes skutecznie eliminuje bakterie oraz zapobiega rozwojowi infekcji, gdy stosowany jest bezpośrednio na zakażone miejsce w stężeniu powyżej 75%.

Działanie przeciw wirusowe

Wirusy ulegają zniszczeniu po użyciu aloesu o stężeniu powyżej 75% bezpośrednio na zainfekowane miejsce. Aloes jest również bardzo skuteczny przeciwko szczepom wirusów infekujących pochwę. Acemman (acetylowana mannoza) znajdująca się w aloesie bardzo efektywnie zwalcza wiele wirusów. Obecnie substancję tę wstrzykuje się zwierzętom chorym na pewne typy białaczek i włókniako-mięśniaków oraz testuje się jako lek wspomagający AZT (azydotymidynę) przy infekcjach wirusem HIV.

Działanie przeciwgrzybicze

Ujawnia się, gdy Aloes zastosujemy bezpośrednio na grzyb.

Regeneracja komórek

Aloes zawiera substancje, które przyspieszają wzrost nowych komórek i eliminację starych. Wapń zawarty w aloesie reguluje zawartość płynu wewnątrzkomórkowego. Wpływa na utrzymanie równowagi między wnętrzem komórki a otaczającym ją środowiskiem.

Dr. Faith Strickland z uniwersytetu w Teksasie twierdzi, że w przyszłości Aloes będzie bronią przeciwko rakowi skóry. Aloes chroni także przed uszkodzeniem układu immunologicznego skóry. Co niezwykle ważne Aloes zawiera 17 aminokwasów, potrzebnych człowiekowi do wytwarzania białek i tkanek. Białka są siecią uformowaną poprzez kombinację różnych typów aminokwasów. Aloes zawiera także pierwiastki mineralne, takie jak wapń, fosfor, miedź, żelazo, mangan, magnez, potas i sód podstawowe składniki warunkujące metabolizm i życie komórek.

Aloes jako substancja energizująca

Aloes pomaga utrzymać metabolizm na poziomie wymaganym przez nasz ustrój. Dzięki zawartości witaminy C wpływa na utrzymanie właściwej funkcji układu sercowo-naczyniowego. Organizm człowieka nie produkuje witaminy C, musi więc być dostarczana z zewnątrz. Witamina ta jest bardzo ważna, gdyż wzmacnia układ immunologiczny, układ krążenia i układ pokarmowy oraz odgrywa istotną rolę w zapobieganiu licznym chorobom, które omówione są w dalszej części tej książki.

Wpływ na trawienie

Aloes zawiera dużą liczbę enzymów. Pewne enzymy produkowane są przez nasz ustrój, np. w trzustce, lecz niektóre należy uzupełniać z zewnątrz. W czasie trawienia enzymy rozkładają białka na aminokwasy, węglowodany na cukry proste, a tłuszcze na kwasy tłuszczowe. Po strawieniu elementy te są wchłaniane przez jelito i dostają się do układu krążenia. Jeden ze składników aloesu, tzw. aloina, używany jest jako środek przeczyszczający. Aloinę uzyskuje się z zewnętrznej części skórki liścia.

W problemach żołądkowo-jelitowych Aloes stosuje się, by spowolnić opróżnianie żołądka i zahamować wydzielanie nadmiernej ilości kwasu solnego i pepsyny.

Detoksykacja (odtruwanie)

Detoksykacja = eliminacja + regeneracja + przyswajanie

Potas zawarty w aloesie stymuluje wątrobę i nerki, podstawowe organy odpowiedzialne na odtruwanie, aloes zawiera kwas moczowy, który eliminuje substancje toksyczne z wnętrza komórek.

Proces nawadniania skóry

Aloes głęboko penetruje zapewniając utrzymanie prawidłowego nawodnienia skóry. Ponadto regeneruje od wewnątrz uszkodzone i oparzone tkanki.

Właściwości odżywcze

Aloes zawiera 17 spośród 23 aminokwasów (budujących białka) koniecznych do budowy komórek i tkanek. Zawiera także enzymy niezbędne do trawienia węglowodanów, tłuszczów i białek w żołądku i jelitach. Aloes zawiera wiele witamin jak: B1, B5, B6, B12, A i C oraz minerały: wapń, fosfor, miedź, żelazo, magnez, mangan, potas, sód.

Aloes w trosce o piękno

Wiadomo, że Nefretete i Kleopatra używały aloesu do zabiegów pielęgnacyjnych. Obecnie Aloes jest już tradycyjnym środkiem stosowanym w kosmetyce. Jest ważnym składnikiem wielu produktów kosmetycznych. Środki do czyszczenia twarzy są ważne dla utrzymania delikatnej skóry. Twoja skóra wystawiana jest na działanie wielu czynników takich jak: wiatr, pył, słońce, które powodują utratę pewnych właściwości. Aloes zawiera dwa składniki: ligniny (celuloza) oraz polisacharydy (węglowodany), które rzeczywiście penetrują do wszystkich warstw skóry: naskórka, skóry właściwej i tkanki podskórnej, oczyszczając je z bakterii i substancji łojowych, zatykających pory. Ponadto naturalne elementy takie jak: składniki mineralne, witaminy, aminokwasy i enzymy stymulują skórę do produkcji nowych komórek, zastępujących martwe komórki skóry.

Jeśli naskórek nie zostanie oczyszczony z martwych komórek i tłuszczu, pory skóry zostaną zablokowane, a gruczoły potowe nie będą mogły funkcjonować prawidłowo. Dzięki swoim właściwościom regeneracyjnym i kojącym oraz zdolności do głębokiej penetracji aloes używany jest w kremach nawilżających, w kremach na noc, maseczkach, szamponach, tonikach i mleczkach czyszczących. Stosowany jest także w kremach do opalania i innych środkach, których celem jest ochrona skóry.

Aloes poprawia jakość życia.

Aloes do spółki z innymi produktami spożywczymi. Firma Forever stworzyła produkt Aloe Berry Nectar. Który jest doskonałym tego dowodem. Do Aloe Vera dodano sok z żurawin i jabłka. W rezultacie otrzymano nową broń do zwalczania infekcji bakteryjnych, szczególnie układu moczowego. Obecnie prowadzone badania wykazały, że zawarte w soku żurawinowym składniki biologiczne czynne pomagają w zwalczaniu zakażeń wirusowych oraz wspomagają działanie systemu odpornościowego.

„ABSORBENT C” - ROLA WITAMINY C W ŻYCIU I ZDROWIU CZŁOWIEKA

Witaminy są podstawowymi substancjami, niezbędnymi do życia, regulującymi nasz metabolizm.

Wpływają na produkcję i kontrolowanie energii w naszym organizmie, na wzrost i rozwój wszystkich tkanek ciała. Witaminy wraz z pierwiastkami są kluczem do prawidłowego funkcjonowania ciała.

Co jest lepsze, naturalne, czy syntetyczne witaminy?

Specjaliści twierdzą, że mimo iż oba rodzaje witamin wydają się być identyczne i powinny dawać równie dobre rezultaty, jednak witaminy naturalne są lepiej wchłaniane, praktycznie w 100%.

Czy wiesz, że:

- Witaminy działają skuteczniej, kiedy są połączone wraz z solami mineralnymi.
- Najlepiej przyjmować witaminy wraz z posiłkami oraz ze składnikami mineralnymi, ponieważ w ten sposób są one lepiej przyswajalne i lepiej działają.
- Najlepiej przyjmować witaminy rozpuszczalne w tłuszczach, takie jak, A/Betakaroten, E, D, K przed posiłkami, natomiast witaminy rozpuszczalne w wodzie, takie jak B-kompleks, C, F, itd. po posiłku.
- Organizm ludzki może produkować niektóre witaminy, ale nie może produkować żadnych soli mineralnych.
- Prawie 100% czynników odżywczych, z wyjątkiem tlenu, jest absorbowanych przez jelito cienkie.

Absorbent „C”

Ponieważ witamina C jest najważniejszą wśród witamin i od niej zależy dobre wchłanianie wszystkich witamin i minerałów, omawianie tychże witamin rozpocznę od wit. C.

Witamina C czyli kwas askorbinowy

Człowiek w odróżnieniu do innych ssaków tj. psów, kotów, szczurów nie potrafi sam syntezować kwasu askorbinowego absolutnie niezbędnego do życia każdej komórki naszego organizmu. Bierze bezpośredni udział w niemal wszystkich procesach metabolicznych.

Niedobór witaminy C może wystąpić w wyniku niedostatecznej podaży z pokarmem lub w wyniku wzmożonego zapotrzebowania na kwas askorbinowy np.: ciąża, okres karmienia, cukrzyca, nadczynność tarczycy, choroby zakaźne, schorzenia wątroby, próchnica zębów, gościec stawowy, schorzenia żołądkowe, stres, wysiłek fizyczny,

Awitaminoza C występuje w postaci lekkiej i ciężkiej.

Lekka – łatwe męczenie się, duszność, utrata łaknienia, krwawienie z nosa i dziąseł

Ciężka – wybroczyny na skórze, wylewy krwawe w mięśniach, szkorbut.

W związku z tym że organizm nie jest zdolny do produkcji i przechowywania witaminy C należy zadbać o dobrą suplementację tej witaminy. Wiemy, że zwyczajnie „polskiej kuchni” nie zawsze są w zgodzie z zasadami diety i duża część kwasu askorbinowego zostaje wypłukana z wodą. Idealna jest taka sytuacja gdy kwas askorbinowy jest dostarczany w jak najbardziej naturalnej formie i jest w stałym stężeniu.

Firma FLP ma produkt z zakresu żywności funkcjonalnej doskonale spełniający te wymagania – to Absorbent C.

Absorbent C czyli witamina C na bazie błonnika z otrębów owsianych. Mamy tu do czynienia z prawdziwą „bombą” witaminy C. Osadzona na matrycy rozpuszczalnych włókien błonnika, pozyskanego z otrębów owsianych. Cenna ta witamina jest niezwykle łatwo przyswajalna i w tej postaci stanowi skuteczną broń przeciwko nadmiarowi cholesterolu. Udowodniono, że chore serce potrzebuje tak wiele witaminy C iż potrafi zabrać ją z całego organizmu, doprowadzając nawet do objawów szkorbutu.

Szczególnie potrzebują tej witaminy osoby, które żyją w bardzo zanieczyszczonym środowisku, takie które nadużywają alkoholu, nałogowi palacze tytoniu (każdy spalony papieros to zniszczenie 2 mg witaminy C), diabetycy, ludzie żyjący w ciągłym stresie. Reguluje działanie gruczołów wytwarzających hormony płciowe. Wskazana jest przy przyjmowaniu leków hormonalnych. Daleko posunięty niedobór witaminy C może spowodować

objawy przedwczesnego starzenia się. I na odwrót – ci, którzy dbają o jej właściwy poziom nie narzekają na zmarszczki, plamki zwane „kwiatkami starości” lub pochyłe plecy.

Działa wybitnie przeciwwirusowo i wzmacnia odporność.

Pozwala utrzymywać kwaśny odczyn moczu, co zapobiega nawracającym stanom zapalnym dróg moczowych, a także tworzeniu się niektórych kamieni nerkowych.

Uszczelnia ścianki naczyń krwionośnych, działając przeciw wylewom i zawałom, a także – uwaga moje Panie – przeciw „pajęczkom” i rozszerzonym żyłkom na twarzy. Jest niezbędna, aby przyswoić sole wapnia lub sole żelaza podawana dodatkowo – ważna wiadomość dla cierpiących na anemię i dla tych, którzy walczą z osteoporozą.

Jest jednym z najsilniej działających antyoksydantów (przeciwutleniaczem) zapobiega zachodzeniu patologicznych zjawisk na poziomie tkanek.

„POLA ZIELENI” - JAKO SKARBNIKA WITAMIN NATURALNYCH

Czy kiedykolwiek podróżując wiosną wśród pól zastanawialiśmy się nad tym, że tuż obok nas, dosłownie na wyciągnięcie ręki, zielenią się ogromne połacie najcenniejszego z darów, jakie ma nam do zaoferowania Natura?

Kiedyś, bardzo dawno temu, gdy człowiek żył jeszcze w pełnej symbiozie z przyrodą, wiadano o tym doskonale, że młoda ruń zbożowa – czy to pszeniczna, owsiana, czy jęczmienna – zanim nastąpi proces formowania się kłosa – stanowi niesłychanie bogaty skarbiec najwartościowszych składników, jakimi tylko dysponuje Natura dla naszego dobra. Niewiele jest na świecie produktów odżywczych, które zawierałyby tak niesłychanie skondensowaną formę niezbędnych nam składników, jak tabletki Fields of Greens, w których skład wchodzi sproszkowane źdźbła najcenniejszej, młodej runi zbożowej.

Przyjrzyjmy się temu składnikowi nieco bliżej:

Lucerna – jest jednym z najbogatszych w składniki mineralne pokarmów dostępnych człowiekowi. W medycynie ludowej wielu krajów używa się lucerny jako znakomitej „odżywki” dla kobiet w ciąży. Jest ona tak bogata w składniki mineralne, że oczekuje się od niej, iż wyeliminuje „poranne nudności” oraz ogólną słabość spowodowaną zwiększonym zapotrzebowaniem na te składniki

podczas ciąży. Korzenie lucerny wrastają w ziemię do 5m głębokości w poszukiwaniu najlepszych minerałów jakie można znaleźć w glebie. Zawiera ona wapń, magnez, fosfor, potas, a oprócz tego wszystkie znane witaminy (A, B kompleks, C, D, E, K i U), biotynę, cholinę, żelazo, białko, tryptofan (aminokwas). Składniki mineralne są tak wyważone, aby zapewnić największą ich przyswajalność w organizmie. Postać chemiczna, w której się znajdują sprawia, że wywierają neutralizujący efekt na układ trawienny. Ze względu na zawartość chlorofilu i składników mineralnych, lucerna jest często przyjmowana w postaci płynnej przez osoby, które przeprowadzają głodówki oczyszczające.

Młody zielony jęczmień - trawy jęczmienia bogate są w wapń, żelazo wszystkie podstawowe aminokwasy, witaminę C, flawonoidy, witaminę B12 oraz w wiele składników mineralnych i enzymów. Dr Kubota z Tokio uważa, że zielony jęczmień wspomaga leczenie żołądka, chorób dwunastnicy i trzustki, jednocześnie będąc wsporną substancją przeciwdziałającą stanom zapalnym.

Zielona pszenica - bardzo bogata odżywczo roślina, która zawiera bezcenny zestaw witamin, składników mineralnych i elementów śladowych. Niektórzy lekarze utrzymują, że około 1 kg świeżej zielonej pszenicy odpowiada pod względem wartości odżywczej 23 kilogramom najszerzego zestawu warzyw.

Struktura molekularna chlorofilu z zielonej pszenicy jest zbliżona do hemoglobiny, czyli białka przenoszącego tlen w czerwonych krwinkach. Jedyną różnicą jest atom metalu. W ciele człowieka jest nim żelazo, a w chlorofilu magnez. Przeprowadzono eksperymenty ze zwierzętami cierpiącymi na anemię i stwierdzono, że po 4 do 5 dni stosowania chlorofilu ilość czerwonych ciałek wróciła do normy.

Pieprz Cayenne - od dawna używany w medycynie naturalnej, jest katalizatorem dla działania wszystkich ziół. Okazało się, że usprawnia krążenie, wspomaga trawienie i powstrzymuje skłonność do krwotoków. Zawiera witaminę A, B1, B2, B3, B5, B9 i C, jak również wiele bezcennych enzymów, działających bezpośrednio w naszym przewodzie pokarmowym. „Moda” na wykorzystanie pieprzu Cayenne w medycynie naturalnej sprawiła, że coraz więcej osób wozi go ze sobą w postaci proszku lub nalewki w podręcznej apteczce, traktując jako „preparat pierwszej pomocy”.

Pikolinian chromowy - chrom w postaci chemicznej zwany pikolinianem jest szczególnie ważnym składnikiem Fields of Greens szczególnie dla tych

spośród nas, którzy dbają o linię. Chrom uczestniczy w metabolizmie glukozy, więc jest niezbędny dla uzyskania energii, ma również olbrzymie znaczenie w syntezie cholesterolu, tłuszczu i białka. Jest podstawowym składnikiem mineralnym, który utrzymuje właściwy poziom cukru we krwi przez właściwe wykorzystanie insuliny zarówno u diabetyków jak i osób cierpiących na hipoglikemię. Zbyt niski poziom chromu jest częstą przyczyną choroby wieńcowej. Stwierdzono na przykład, że dieta przeciętnego Amerykanina nie zawiera wystarczającej ilości chromu. Naukowcy szacują, że dwóch na trzech Amerykanów cierpi bądź na hipoglikemię, stan przed hipoglikemią lub cukrzycę. Zdolność utrzymywania właściwego poziomu cukru we krwi jest zagrożona przez brak chromu w naszej glebie i wodzie oraz przez dietę bogatą w biały, rafinowany cukier, mąkę i zupełnie bezwartościowe z odżywczego punktu widzenia jedzenie – czyli tak zwaną dietę ludzi cywilizowanych (może zbyt cywilizowanych...?).

Miód - czasami postrzegany jako element „masy tabletkowej” w Fields of Greens, miód w istocie jest pełnowartościowym składnikiem tego produktu, zawierającym 35% białka (połowę wszystkich aminokwasów), a także dużą ilość węglowodanów, witaminy z zestawu B kompleks, witaminy C, D i E oraz cenne składniki mineralne. Dostarcza nam szybkiej do spożytkowania energii oraz sprzyja dobremu zdrowiu.

Rola witamin z grupy B

Witamina B1 – tiamina:

- Niezbędna do metabolizmu węglowodanów.
- Niezbędna dla utrzymania napięcia mięśni oraz wzrostu.
- Niezbędna dla prawidłowego rozwoju dzieci.
- Pomaga we wszystkich typach stresu.
- Stabilizuje apetyt poprzez poprawę procesu trawienia oraz przyswajania składników odżywczych.
- Niezbędna dla utrzymania płodności i laktacji.
- Utrzymuje w dobrej kondycji system nerwowy, mózg, mięśnie i serce.
- Pomaga rozwijać umiejętność koncentracji oraz indywidualne zdolności do nauki.

Witamina B2 – ryboflawina:

- Niezbędna do trawienia i metabolizmu białek, tłuszczów i węglowodanów.
- Niezbędna do procesu oddychania komórkowego.
- Niezbędna do produkcji czerwonych ciałek krwi.
- Korzystna dla procesu widzenia.
- Utrzymuje w zdrowiu skórę, paznokcie i włosy.
- Wspomaga wzrost i rozmnażanie.

Witamina B3 – niacyna:

- Pomaga w metabolizmie i przekształcaniu białek, tłuszczów oraz węglowodanów.
- Wspomaga pracę układu trawiennego.
- Niezbędna do utrzymania w prawidłowym stanie skóry oraz języka.
- Niezbędna do produkcji kortyzonu, insuliny oraz męskich i żeńskich hormonów płciowych.
- Niezbędna do prawidłowego funkcjonowania systemu nerwowego i mózgu.
- Poprawia krążenie i redukuje poziom cholesterolu.

Witamina B5 – kwas pantotenowy:

- Wspomaga prawidłowy wzrost.
- Niezbędna do przekształcania pokarmu w energię.
- Pomaga organizmowi zwalczyć infekcje i choroby.
- Pomaga leczyć rany.
- Pomaga rozwijać funkcje centralnego systemu nerwowego.
- Niezbędna do funkcjonowania nadnerczy.
- Rozwija zdolność organizmu do walki ze stresem.
- Chroni komórki przed uszkodzeniem spowodowanym promieniowaniem.
- Przedłuża życie.

Witamina B6 – pirydoksyna:

- Utrzymuje w zdrowiu skórę, zęby, mięśnie i nerwy.
- Niezbędna do prawidłowego przyswajania witaminy B12.
- Niezbędna do produkcji przeciwciał i czerwonych ciałek krwi.
- Ważna dla metabolizmu i przekształcenia węglowodanów, tłuszczu i białek.
- Niezbędna do utrzymania prawidłowego poziomu sodu i fosforu.

- Wspomaga utrzymanie prawidłowego poziomu sodu i fosforu, które regulują objętość płynów ustrojowych.

Witamina B12 – cyjanokobalamina:

- Wspomaga wzrost.
- Energetyzuje.
- Pomaga produkować czerwone ciała krwi i zapobiega anemii.
- Produkuje i regeneruje komórki krwi.
- Wspomaga funkcje żelaza oraz deponowanie witaminy A w tkankach.
- Utrzymuje w zdrowiu system nerwowy.
- Niezbędna do metabolizmu węglowodanów, tłuszczów i białek.
- Pomaga rozwijać koncentrację i pamięć.

Kwas foliowy (z kompleksu witamin B12):

- Niezbędna do prawidłowego funkcjonowania mózgu.
- Podstawowy dla utrzymania zdrowia psychicznego.
- Wspomaga laktację.
- Zapobiega anemii.
- Niezbędny do produkcji komórek krwi.
- Utrzymuje skórę w zdrowiu.
- Niezbędny do prawidłowych podziałów komórek.
- Wspomaga metabolizm białek.
- Ważny do produkcji kwasów nukleinowych RNA i DNA.
- Wspomaga pracę jelit.

Witamina A

Beta karoten lub prowitamina A. Beta karoten ulega przekształceniu, jeśli jest to konieczne, w naszym organizmie w witaminę A.

Beta-karoten lub prowitamina A:

- Wzmaga wzrost i witalność.
- Pomaga organizmowi eliminować infekcje.
- Ważny dla procesu widzenia i dla eliminowania ślepoty zmierzchovej.
- Pomaga kościom, zębom, włosom i skórze.
- Utrzymuje wątrobę i organy rozrodcze w zdrowiu.
- Niezbędny w czasie ciąży i laktacji.

- Neutralizuje działanie wolnych rodników, w ten sposób chroniąc nas przed smogiem.

Biotyna (z kompleksu witamin B):

- Niezbędna do formowania kwasów nukleinowych RNA i DNA.
- Pomaga wątrobie produkować tłuszcze oraz przekształcać pokarm w energię.
- Zapobiega wyniszczeniu organizmu.
- Łagodzi bóle mięśniowe.
- Wspomaga przemianę białek, kwasu foliowego, kwasu pantotenowego i witaminy B12.
- Wspomaga metabolizm.
- Zapobiega łysieniu.

Cholina (z kompleksu witamin B)

- Niezbędna do utrzymania funkcji wątroby i nerek
- Pomaga kontrolować ciśnienie krwi
- Utrzymuje w dobrej kondycji nerwy i mięśnie
- Pomaga wątrobie eliminować trucizny oraz leki
- Zapobiega kamicy pęcherzyka żółciowego

Witamina E

- Niezbędna do prokreacji
- Wzmaga płodność
- Pomaga przywrócić potencję u mężczyzn
- Wpływa na laktację
- Chroni komórki krwi
- Wspomaga gojenie ran
- Chroni przed poronieniem, spowolnieniem umysłowym, pesymizmem i depresjami
- Chroni tkankę płucną przed toksynami
- Pomaga eliminować cholesterol z tętnic oraz walczyć z tworzącym się twardnieniem tętnic

Witamina D

- Pomaga organizmowi przekształcić wit. A w wapń, fosfor
- Zapobiega krzywicy u niemowląt
- Zapobiega osteoporozie
- Pomaga utrzymać prawidłową pracę systemu nerwowego oraz pracę serca

Witamina K

- Odpowiedzialna za utrzymanie prawidłowej funkcji systemu krążenia
- Pomaga zapobiegać krwawieniom wewnętrznym i krwotokom
- Wspomaga gojenie stłuczeń
- Pełni istotną rolę w zachowaniu długowieczności
- Konieczna do prawidłowej pracy wątroby

Zastanówcie się Państwo wobec tego, kto powinien jeść Pola Zieleni? Otóż odpowiedź brzmi: od 6 roku życia wszyscy, i to nie tylko ze względu na bogactwo witamin i minerałów. Fields of Green w organizmie człowieka pełni równie ważną rolę ochronną przed polipami i wszelkimi zmianami nowotworowymi. Jeżeli w ciągu miesiąca 23 razy będziemy wzbogacali swoją dietę Polami Zieleni, to uzyskamy zabezpieczenie przed tymi problemami. Pola Zieleni ułatwiają również dzieciom przezwyciężenie niechęci do owoców i warzyw.

Spożywajmy więc Fields of Green na zdrowie.

„NATURE-MIN” - O WYŻSZOŚCI MINERALÓW NAD WITAMINAMI

Dlaczego taki podtytuł? A dlatego, że każda witamina, aby mogła spełnić swoją rolę powinna znaleźć w organizmie odpowiednie minerały. Mogę pokusić się o stwierdzenie, że bez minerałów witaminy nie są w pełni wykorzystywane.

Makro i mikroelementy winny występować w organizmie w ściśle określonych zakresach stężeń, ich niedobory prowadzą bowiem do poważnych zaburzeń metabolicznych. Dla zachowania zdrowia ważna jest nie tylko właściwa ilość pierwiastków, ale również to, aby przyjmować je w „spółkach”. Wchłaniają się wtedy idealnie i z największą korzyścią dla człowieka.

Firma Forever produkuje produkt Nature-Min, który odpowiada tym wymaganiom i jest multimedialnym źródłem biopierwiastków.

Nasza codzienna dieta jest zbyt uboga w ważne dla zdrowia makro i mikroelementy. Prowadzone na całym świecie badania wykazują w wielu organizmach niedobory chromu, miedzi, manganu i innych. Wynika to bezpośrednio ze złych przyzwyczajeń żywieniowych oraz mody na korzystanie z produktów zbyt przetworzonych technologicznie, konserwowanych i oczyszczonych z naturalnych substancji balastowych (np. mąka bez śladu otrąb). Ponieważ trudno nam byłoby odmienić nagle nasz sposób odżywiania się, wielu dietetyków uważa, że najlepszym wyjściem z sytuacji jest uzupełnianie tak bardzo niedoskonałej diety tymi składnikami, których w niej brakuje. FLP zrealizowało jeden z najlepszych pomysłów suplementacji dietetycznej stulecia – Nature-Min.

Znakomite, naturalne źródło substancji mineralnych w bardzo łatwo przyswajalnej postaci oraz w doskonałych proporcjach. Multimineralne tabletki to pozyskiwane z głębi ziemi montmorylonit – geologiczne złoża osadowe, które przed milionami lat stanowiły dno prehistorycznego oceanu. Źródło to, jako całkowicie wolne od tzw. Zanieczyszczeń cywilizacyjnych można uznać za doskonałe także pod względem chemicznej postaci występujących w nim minerałów. Skąd złóż montmorylonitu uwarunkowany był przez osiadające na dnie morskim resztki fauny i flory morskiej. Wszystko wskazuje na to, że zapotrzebowanie naszego organizmu na związki mineralne w niezwykle interesujący sposób pokrywa się z takim właśnie zestawem biopierwiastków, znajdujących się w jak najbardziej odpowiednim „towarzystwie” innych minerałów, aby mogły być spożytkowane przez nasz organizm. Są to: wapń, fosfor, magnez, żelazo, miedź, mangan, cynk, chrom i wiele innych.

Wapń naszym budulcem

Ciało ludzkie zawiera o. 1,2 kg wapnia którego 99% znajduje się w kościach i zębach a reszta (1%) jest rozsiana po wszystkich pozostałych komórkach organizmu oraz w płynie międzykomórkowym. Wszędzie pełni doniosłą rolę. Wapń to układ kostny. Jest konieczny do: przenoszenia impulsów nerwowych, utrzymywania równowagi wodno-elektrolitowej, krzepnięcia krwi, prawidłowej laktacji, do prawidłowej pracy serca oraz innych mięśni, zapobiega bezsenności.

Niedobór wapnia u dzieci jest przyczyną krzywicy oraz słabszego rozwoju kości i zębów. U dorosłych powoduje rozmiękanie kości tzw. Osteomalację. W przypadku osób, które w dzieciństwie miały krzywicę. Częściej obserwuje się u nich osteoporozę. Ponadto niedostatek wapnia bywa przyczyną chorób nerwowych i psychicznych.

Fosfor – cement dla kości

Fosfor jest konieczny do utrzymywania prawidłowości struktury kości i zębów – razem z wapniem i wit. D cementuje kość.

Buduje inne komórki, uczestniczy w przemianach energetycznych organizmu oraz w przenoszeniu impulsów nerwowych we wszystkich procesach psychicznych. Niedobór fosforu w organizmie może powodować utratę wagi, zaburzenia wzroku, demineralizację kości, próchnice zębów, artretyzm, zaburzenia oddychania. Pierwszymi objawami niedobory tego pierwiastka bywają często uczucie zmęczenia, brak apetytu i wzmożona nerwowość.

Potas – reguluje pracę serca

Ważną rolę w funkcjonowaniu systemu nerwowego, serca i mięśni odgrywa potas. Niedobory potasu prowadzą do: senności, zaburzenia koncentracji, osłabienia, arytmii serca i zatrzymania jego pracy, skurczu mięśni.

Magnez – minerał niezastąpiony

Magnez jest minerałem absolutnie niezbędnym do zajścia każdej reakcji chemicznej w ciele człowieka, nie może odbyć się bez niego prawidłowa przemiana materii. Wpływa korzystnie m.in. na układ naczyniowo-sercowy i psychikę. Jest użyteczny w leczeniu chorób prostaty, potrzebny do utrzymania prawidłowej pracy hormonów. Jest pierwiastkiem przeciwalergicznym i podnoszącym odporność. Pełni rolę antynowotworową, szczególnie chroni przed rakiem piersi. Częste komplikacje podczas ciąży mają związek z niedoborem magnezu w organizmie.

Niektóre raporty mówią, że niedobór magnezu można wiązać z poronieniami, urodzeniem martwego dziecka i niską wagą noworodka.

Niedostatek tego pierwiastka to trudności w walce ze stresem i depresją, zaburzenia koncentracji i nadpobudliwości u dzieci i młodzieży, osłabienie,

szybkie męczenie się, brak apetytu, mdłości, biegunki o niewyjaśnionej etiologii, hipoglikemia.

Żelazo – budulec krwi

Pierwiastek ten wpływa na obraz morfologiczny krwi. Niedobór żelaza wpływa bezpośrednio na zmniejszenie wytwarzania hemoglobiny a w konsekwencji wiele groźnych dla zdrowia powikłań. Jeżeli zostaną zlekceważone pierwsze sygnały ostrzegawcze, niedobór tego minerału może doprowadzić m.in. do anemii.

Cynk – władca komórek

Cynk to procesy przemiany materii, bez których nie istnieje żadne życie. Wpływa on na syntezę białek, wytwarzanie insuliny, kurczliwość mięśni, prawidłową czynność prostaty, jak również kobiecej i męskich narządów płciowych (funkcja rozrodcza płodność). Utrzymuje on równowagę kwasowo-zasadową. Poprawia stan skóry, leczy trądzik i ma wpływ na jakość włosów. Poza tym przyspiesza gojenie ran, pomaga obniżyć poziom cholesterolu. Działa dobrze przy anemii, ponieważ ma wpływ na jakość i wytwarzanie hemoglobiny. Wpływa na wydzielanie się endorfiny tzw. hormon szczęścia, decydujący o dobrym nastroju, żywotności i aktywności. Modne jest powiedzenie, że cynk to męski pierwiastek, bo bez cynku nie ma mężczyzny.

Pierwszymi objawami niedoboru cynku bywają : męczliwość , słaba odporność na stresy i choroby, zaburzenia potencji u mężczyzn, zaburzenia orgazmu u kobiet, gorsze gojenie się ran, łamliwe paznokcie, wypadanie włosów, zaburzenia miesiączkowania, stany lękowe. Przy przedłużających się stanach niedoboru występują zaburzenia wzroku, niedorozwój cech płciowych, zaburzenia świadomości, mowy i trudności ruchowe, drżenie kończyn, przerost prostaty, szybsze starzenie się.

Mangan- sojusznik żelaza i miedzi

Kolejnym minerałem jest mangan, niezbędny do wytwarzania komórek oraz żelaza i miedzi do wytwarzania krwi. Uczestniczy też przemianie białkowej, węglowodanowej i tłuszczowej. Jest składnikiem krwi, a ponadto zwiększa aktywność seksualną. Warto też dodać, że mangan należy do pierwiastków, które zapobiegają zawałom serca, sklerozie i udarom mózgu.

Objawy niedostatku manganu to szum w uszach, zawroty głowy, zaburzenia pamięci, uczucie zmęczenia, bóle stawów, „czarne myśli”, zahamowanie wzrostu włosów i przedwczesna siwizna.

Selen to młodość

Okazało się że selen podobnie jak wit. E jest antyutleniaczem. Zapobiega powstawaniu wolnych rodników czyli chorobom nowotworowym. Selen broni organizm przed truciznami przemysłowymi, pomaga utrzymać elastyczność naczyń krwionośnych, zapobiega ich stwardnieniu, i odkładaniu się w nich cholesterolu, pomaga utrzymać w normie ciśnienie krwi, łagodzi objawy menopauzy, pomaga w leczeniu łupieżu, pomaga organizmowi pozbyć się trujących metali np.: ołowiu, kadmu, rtęci, przyspiesza regenerację tkanek.

Objawem niedoboru selenu może być podatność na infekcje, zaburzenia wzroku, szybsze starzenie się, zaburzenia akcji serca, choroby stawów, zwolnienie procesów myślenia, bladość skóry.

Selen zapobiega odkładaniu się cholesterolu. Ma również wpływ na produkcję przeciwciał co jest równoznaczne z podniesieniem jakości odporności organizmu. Kobiety ciężarne powinny dbać o spożycie tego minerału ponieważ płód zabiera część zasobów matki. To samo dotyczy matek karmiących. Ludzie przewlekłe chorzy mający szczególne problemy z układem pokarmowym, gdzie występują biegunki i częste wymioty są predysponowani do utraty selenu. Dotyczy to również leczonych za pomocą kortyzonu. Selen to silny antyoksydant. Wyższy poziom tego minerału może zapobiegać i powstrzymywać rozwój raka skóry, raka sutka, białaczki, mięśniaków, raka wątroby, jelita grubego. Jednocześnie niedobory selenu i wit. E zwiększają dziesięciokrotnie ryzyko zachorowania na nowotwory. Jeżeli temu deficytowi towarzyszy niski poziom przeciwutleniaczy, witamin A i B, miedzi, cynku, magnezu – istnieje duże prawdopodobieństwo zachorowania.

Jod – sprzymierzeniec tarczycy

Jod wpływa korzystnie na pracę tarczycy, na wytwarzanie przez nią hormonów potrzebnych do wzrostu i rozwoju także umysłowego. Ma także wpływ na poziom cholesterolu, utrzymuje prawidłowy rytm pracy serca, zapobiega chorobie stawów. Stały niedobór jodu powoduje poważne

zaburzenia pracy tarczycy, jej rozrost oraz nieprawidłowe działanie mózgu, prowadzące nieraz do kretynizmu.

Objawami niedoboru jodu w organizmie mogą być: znużenie, brak chęci do życia, powolność umysłowa, kołatanie serca, suche, łamliwe włosy, przyspieszanie tętna, niskie ciśnienie, drżenie kończyn, zmniejszona odporność na stres i niskie temperatury, artretyzm.

Chrom – przyjaciel alergików i osób z nadwagą

Odrobina tego metalu pełni funkcję regulatora stężenia cukru we krwi człowieka. Zapobiega m.in. cukrzycy i pomaga w jej leczeniu oraz przeciwdziała miażdżycy naczyń krwionośnych. Ponadto chrom jest bardzo ważny dla naszych nerwów. Jest to cichy sprzymierzeniec osób, które pragną zrzucić zbędne kilogramy. Bez chromu nie masz szczuplenia.

Objawami niedoboru chromu mogą być: skłonność do cukrzycy, przewlekłe zmęczenie, drażliwość, częsta irytacja lub apatia, zaburzenia snu, stany lękowe, zawroty i bóle głowy, pociąg do alkoholu i słodczy.

Miedź – metal krwi

Wiadomo, że miedź jako metal i minera potrzebna jest organizmowi m.in. do przyswajania żelaza, a więc, zapobiega niedokrwistości i podnosi ogólną witalność. Chroni ponadto przed chorobą wrzodową żołądka, łamliwość kości szczególnie u dzieci, zahamowaniem wzrostu, zaburzeniami układu nerwowego, wypadaniem i siwieniem włosów.

Niedostatek miedzi, szczególnie kiedy idzie w parze z niedoborem selenu, może zwiększyć ryzyko niewydolności serca.

Objawami niedoboru miedzi bywają m.in. anemia, obrzęki, podano na reumatoidalne zapalenie stawów, skłonności do irytacji i agresji.

Tajemnica molibdenu

Rola niewielkiej ilości molibdenu w organizmie ludzkim nie jest jeszcze znana do końca, ale stwierdza się, że stanowi on część co najmniej trzech enzymów, które neutralizują toksyczne związki siarkowe.

Ma ponadto znaczenie w produkcji hemoglobiny i prawdopodobnie pomaga zapobiegać próchnicy zębów. Jest towarzyszem dla jodu.

Wanad – sprzymierzeniec zagrożonych chorobami serca

Wanad blokuje powstawanie złogów cholesterolowych w tętnicach. Pomaga zapobiegać zawałom serca.

Kobalt

Jest integralną częścią witaminy B12, niezbędny do prawidłowego funkcjonowania czerwonych ciałek krwi oraz innych komórek. Wspomaga układ myślenia

Fluor

Wzmacnia zęby i kości, chroni przed infekcjami, zapobiega depresji i powstawaniu wrzodów.

Siarka

Pomaga zwalczyć infekcje bakteryjne, jest ważnym elementem wpływającym na funkcje nerwów, mózgu i wątroby.

Bierze udział we wszystkich ważnych procesach życiowych zachodzących w organizmie.

Przeznaczenie Nature-Min

Uzupełnienie mineralnych niedoborów dietetycznych. Zapobieganie dolegliwościom wynikającym z narastania takich niedoborów przez lata. Produkt przeznaczony dla wszystkich od 6 roku życia.

„CZOSNEK Z TYMIANKIEM”-TO CO O CZOSNKU WIEDZIEĆ WYPADA

Co mówi o czosnku medycyna ludowa?

Czosnek cieszy się ogromnym szacunkiem. Dane o jego działaniach zdrowotnych zapisywali zakonnicy, lekarze, i wszystkie osoby zajmujące się leczeniem. Egipcjanie stosowali czosnek jako lek naturalny już od 1500 lat p.n.e. czosnek ma szerokie zastosowanie jako środek bakteriobójczy. Na przełomie XIX i XX wieku stosowano powszechne maści, inhalacje, kompresy z czosnku jako lek i środek bakteriobójczy. Używano tej rośliny również do zwalczania tyfusu i biegunek.

Co mówią nam fakty?

Dowodu na lecznicze działanie czosnku są również zdumiewające co przekazy ludowe. Badania nad czosnkiem ujawniają jego rozliczne działania w zapobieganiu chorobom serca, udarom mózgu, nowotworom i infekcjom. Czosnek niszczy bakterie i w to nikt już nie wątpi. Kiedy w 1944 roku wyizolowano allicynę, substancję nadającą czosnkowi zapach i jednocześnie działającą antybakteryjnie wszystko było jasne. Czosnek działa o wiele niekiedy silniej niż penicylina i tetracyklina. Liczne badania potwierdzają antybiotykopodobne działanie czosnku na liczne drobnoustroje chorobotwórcze powodujące zatrucie jadem kiełbasianym, biegunkę, zakażenia gronkowcowe. Działa również przeciwgrzybiczo i przeciw pasożytniczo, na pierwotniaki oraz przeciwwirusowo. Stosuje się go w leczeniu przeziębień, ostrego, suchego kaszlu i zaburzeń jelitowych, niestrawności, zapaleniu płuc i zapaleniu nerek. Czosnek zabija mykobakterie i jak uważają chińscy naukowcy, może także dodatkowo wzmacniać układ odpornościowy człowieka, co ma również bezpośredni wpływ na zachorowalność ludzi na raka. Komórki „żerne”, które posiłkują się czosnkiem – w badaniach klinicznych o 140-160 razy częściej niszczą komórki rakowe niż ciała odpornościowe osób bez zaplecza czosnkowego.

Spożywanie czosnku znakomicie wpływa również na układ krążenia. Stwierdzono, że czosnek obniża poziom cholesterolu we krwi i działa zapobiegawczo w chorobach serca poprzez zmniejszanie lepkości krwi i skłonności do zakrzepów i zatorów. Dr Benjamin Lan po przeprowadzeniu doświadczeń doszedł do wniosku, że 9 ząbków czosnku dziennie powoduje obniżenie poziomu „złego” cholesterolu LDL i trójglicerydów od 10% do 40%. Do uzyskania poprawy stanu tętnic dotkniętych miażdżycą wystarcza zaskakująco mała porcja czosnku.

Czosnek zyskał sławę jako środek przeciwdziałający nadciśnieniu tętniczemu. Jest to roślina znajdująca się w centrum uwagi naukowców, którzy zajmują się problematyką nowotworów. To właśnie siarkowe związki czosnku mają zdolności zapobiegania zachorowaniom na raka jelita grubego.

Podsumowanie:

- zwalcza infekcje

- zawiera substancje chemiczne działające przeciwnowotworowo
- zmniejsza lepkość krwi i działa przeciwzakrzepowo
- obniża ciśnienie tętnicze krwi, poziom cholesterolu i trójglicerydów
- pobudza układ odpornościowy
- działa zapobiegawczo i niesie ulgę w przewlekłych zapaleniach oskrzeli
- działa wykrztuśnie
- bogate źródło cynku

Co ma tymianek do czosnku?

Tymianek jest ważnym środkiem przeciwkaszlowym. Działa rozkurczowo przy ostrych i chronicznych zapaleniach oskrzeli i ułatwia odkrztuszanie śliny. Jego olejki eteryczne dezynfekują i zabijają bakterie w błonach śluzowych dróg oddechowych, jelit i dróg moczowych.

Poza tym tymianek rozluźnia śluz w oskrzelach i ułatwia jego odkrztuszanie. Otóż tymianek ma do czosnku to że stanowi z nim doskonałą spótkę w podnoszeniu jakości naszego zdrowia. Świadczy o tym doskonały Garlic-Thyme FLP.

Jedna kapsułka tego środka spożywczego to jeden świeży, „sierpniowy” ząbek czosnku i jedna część tymianku. Dzięki Garlic-Thyme mamy w zasięgu ręki środek skuteczny przy zapobieganiu i eliminowaniu wielu problemów zdrowotnych. Polecamy dla wszystkich.

„LITE ULTRA” - O DOBRODZIEJSTWIE SOI

W lutym 1994 roku w Mesa w stanie Arizona odbyła się konferencja naukowców, dietetyków, specjalistów lekarzy, celem zapoznania się z wynikami badań nad niesamowitą rośliną, która skutecznie obniża poziom cholesterolu i eliminuje inne problemy zdrowotne równie skutecznie jak terapie farmakologiczne, ale bez niebezpiecznych skutków ubocznych. Dotyczy to oczywiście soi, a mianowicie izolatu białka sojowego.

Nie budzi zdumienia fakt, że rośliny mogą być tak bogatym źródłem zdrowotnych składników. Wieki całe przed erą antybiotyków znachorzy i zielarze posługiwali się roślinami w leczeniu najróżniejszych schorzeń. Bez małą połowa leków stosowanych obecnie jest pochodzenia roślinnego lub ma

budowę chemiczną zbliżoną do składników roślinnych. W szczególności ziarna soi są źródłem różnego rodzaju nutriceutyków. Należą do nich:

- Izoflawony – składniki podobne do naturalnych estrogenów, z jedną istotną różnicą: te roślinne estrogeny mogą pomóc w zapobieganiu wystąpienia nowotworów hormonalnych oraz zapobiegać uderzeniom gorąca w okresie menopauzy u kobiet
- Inhibitory proteazy – „uniwersalne antykancerogeny”, które mają zdolność do blokowania aktywności enzymów wywołujących nowotwory
- Kwas fitynowy – składnik hamujący wzrost genów nowotworowych u zwierząt laboratoryjnych

Ziarna soi są bogatym źródłem białka, lepiej przyswajalnego przez organizm niż białka z mięsa. Białka są czynnikiem regulującym wszystkie procesy zachodzące w żywym organizmie.

Co to jest izolat białka sojowego?

Jest to produkt zawierający w 100 g – 90% czystej postaci białka.

Przeprowadzone ostatnio badania wykazały, że izolat białka sojowego jest skutecznym czynnikiem redukującym ryzyko miażdżycy naczyń krwionośnych.

12 przykładów dobrodziejstwa soi

1. Przeciwutleniacz – produkty sojowe zawierają przeciwutleniacze – związki organiczne, które chronią komórki człowieka przed zniszczeniem wywołanym niestabilnymi cząsteczkami tlenu, zwanymi wolnymi rodnikami.
2. Rak piersi – szeroko zakrojone badania prowadzone w Singapurze wykazały, że kobiety spożywające produkty sojowe są w grupie niższego ryzyka zachorowania na raka piersi. Pożywienie mieszkanki Azji oparte jest na soi
3. Obniżanie poziomu cholesterolu – wyniki badań z całego świata udowodniły, że soja ma zdolność obniżania poziomu cholesterolu, zwłaszcza u ludzi, u których jest on podwyższony.
4. Rak dwunastnicy – regularne spożywanie soi zapobiega zachorowalności na raka okrężnicy
5. Złamanie szyjki kości udowej wywołane osteoporozą – japonki ulegają temu problemowi dwa razy rzadziej niż Amerykanki. Wstępne badania

sugerują, że zawarte w soi izoflawony prawdopodobnie pomagają zachować masę kostną

6. Uderzenia gorąca – fitoestrogeny zapobiegają prawdopodobnie tym dolegliwościom
7. Odporność– badania wykazują że niektóre peptydy sojowe (łańcuchy aminokwasów) mogą wzmacniać układ odpornościowy, pomagając organizmowi zwalczać chorobę
8. Choroby nerek – białko sojowe jest filtrowane przez nerki łatwiej od białka zwierzęcego, a zatem jego spożywanie może spowolnić lub zahamować proces niszczenia nerek u ludzi z upośledzoną ich funkcją
9. Rak płuc – badania wykazały związek pomiędzy spożyciem soi a niższą zapadalnością na raka płuc
10. Rak prostaty – jest bezpośredni związek pomiędzy spożyciem soi a mniejszą zapadalnością na raka prostaty
11. Bóle wzrostowe – u dzieci i młodzieży, dzieci w okresie intensywnego okresy wzrostu powinny spożywać izolat białka sojowego, ponieważ zapobiega i likwiduje objawy tej przykrej dolegliwości
12. Ciąża i okres karmienia – kobiety ciężarne i matki karmiące powinny wzbogacić swoją dietę tym cudownym białkiem , aby ciąża nie była obciążeniem dla organizmu a płód rozwijający się i dziecko karmione piersią miały zabezpieczoną podaż białka

Do izolatu białka sojowego (hydrolizat aminokwasowy) powinniśmy dodawać naturalne witaminy i minerały , ponieważ są podstawowym elementem, z których zbudowane są białka. Dlaczego mówimy, że odżywka sojowa Forever Lite jest produktem spożywczym dla wszystkich? Aminogram Forever Lite jest następujący :

<i>Izoleucyna</i>	- ważna w regulacji poziomu cukru i produkcji energii oraz przy budowie hemoglobiny - aminokwas ten jest przetwarzany w tkankę łączną -jego brak powoduje objawy podobne do hipoglikemii lub niskiego poziomu cukru we krwi
<i>Leucyna</i>	- niezbędny aminokwas, który znajduje się w białkach zwierzęcych i roślinnych -ważny do kontroli cukru we krwi

<i>Lizyna</i>	- ważna przy budowie białek, głównie w mięśniach i kościach, istotna dla rozwoju dzieci - pomaga wchłaniać wapń, uzyskać większą koncentrację umysłową - zwalcza objawy przeziębienia, grypy oraz opryszczek - pomaga w wytwarzaniu hormonów, przeciwciał, enzymów i budowie kolagenu - jej brak powoduje zmęczenie, nadciśnienie, anemie i wypadanie włosów
<i>Metionina</i>	- usuwa trujące związki z wątroby i wspomaga trawienie tkanki wątroby oraz nerek - bardzo ważna w leczeniu choroby reumatycznej i toksemii czyli obecności toksyn we krwi pojawiającej się w czasie ciąży - wspomaga układ trawienny, wzmacnia osłabione mięśnie, łamliwe włosy i jest bardzo pomocna w osteoporozie
<i>Fenylalanina</i>	- skuteczna pomoc przy depresji, otyłości, utracie pamięci - jest ważnym składnikiem w produkcji kolagenu, głównego włóknistego białka ustroju - dzięki jej działaniu w centralnym układzie nerwowym zmniejsza ból towarzyszący migrenom, menstruacji i zapaleniom stawów
<i>Tryptofan</i>	- pomaga kontrolować nadaktywność u dzieci, łagodzi stres, dobry dla serca - pomaga kontrolować wagę i umożliwia wzrost hormonów potrzebnych do produkcji wit. B6 i niacyny - aminokwas ten jest używany przez mózg do produkcji serotoniny i melatoniny, neuroprzekaźników w potrzebnych do przenoszenia impulsów nerwowych z jednej komórki do innej - brak serotoniny i melatoniny powoduje depresję, bezsenność i inne zaburzenia umysłowe
<i>Treonina</i>	- znajduje się w sercu, centralnym układzie nerwowym i mięśniach - bardzo ważna w budowie kolagenu i elastyny, wspomaga wątrobę i utrzymanie równowagi białkowej w organizmie
<i>Walina</i>	- ma działanie pobudzające - utrzymuje metabolizm mięśni, regeneruje tkanki i przyczynia się do równowagi azotowej - walina powinna być łączona z leucyną i izoleucyną
<i>Alanina</i>	- ważne źródło energii i regulator poziomu cukru we krwi - wchodzi w szlaki metaboliczne glukozy

<i>Kwas asparginowy</i>	- buduje barierę przeciwciał układu immunologicznego - ma duże znaczenie dla przemiany węglowodanów w energię mięśniową
<i>Cysteina</i>	- stymuluje porost włosów - chroni przed uszkodzeniem, które może spowodować alkohol i papierosy
<i>Glicyna</i>	- opóźnia zwyrodnienia mięśni poprzez dostarczanie dodatkowej cysteiny - bardzo ważna przy budowie czerwonych ciałek krwi i dostarczeniu aminokwasów do organizmu, a także przy syntezie glukozy i keratyny – dwóch ważnych substancji dla produkcji energii
<i>Histydyna</i>	- bardzo ważna przy produkcji czerwonych i białych krwinek, podstawa dla budowy tkanek organizmu
<i>Prolina</i>	- ważny składnik w budowie tkanek
<i>Seryna</i>	- wspomaga pamięć, funkcjonowanie systemu nerwowego - bardzo ważna przy produkcji energii w komórce
<i>Tyrozyna</i>	- stosowana przy bezsenności, niepokoju i depresji a także alergii - bardzo istotna dla funkcji tarczycy i przysadki - brak tego aminokwasu jest związany z nadczynnością tarczycy, co powoduje zmęczenie i wyczerpanie - zmniejszenie ilości tyrozyny powoduje brak norepinefryny, co może spowodować depresję nerwową
<i>Karnityna</i>	- pomaga w kontrolowaniu wagi i przemian tłuszczowych w organizmie - zmniejsza ryzyko wystąpienia schorzeń serca - do produkcji tego aminokwasu organizm potrzebuje lizyny i witamin B1 i B6 wraz z żelazem

Jak sami państwo się przekonaliście na podstawie aminogramu Forever Lite jest rzeczywiście dla wszystkich. Małe dzieci, młodzież i osoby dorosłe w wieku podeszłym, matki karmiące i kobiety ciężarne, mężczyźni, sportowcy, szczególnie sportowcy amatorzy powinni spożywać tę odżywkę.

Dlaczego dzieci?

Izolat białka sojowego jest doskonałym uzupełnieniem niedoborów białka i minerałów w ciele dziecka. Ma zastosowanie w zwalczaniu bóli wzrostowych u

dzieci. Wspomaga odporność. Może być suplementem diety dzieci z nadwrażliwością na białko krowie

Dlaczego kobiety i mężczyźnie?

Właściwe odżywianie dziecka zaczyna się jeszcze przed poczęciem, zarówno mężczyzna i kobieta przygotowujący się do rodzicielstwa, powinni zadbać o prawidłowe odżywianie oraz wyeliminować wszelkie elementy mogące negatywnie wpłynąć na dziecko w czasie ciąży i już po porodzie.

Dlaczego kobiety ciężarne?

Podczas ciąży odżywianie jest najważniejszym czynnikiem decydującym o bezproblemowym porodzie i narodzinach dziecka. Najczęstsze komplikacje podczas ciąży powodowane są przez niewystarczające spożycie białka. Forever Lite jest niezwykle pomocne dla poprawy tej sytuacji.

Inne niezbędne składniki spożywcze znajdują się w Polach Zieleni.

Dlaczego matki karmiące?

Forever Lite doskonale wpływa na laktację.

Dlaczego osoby dorosłe, szczególnie zagrożone osteoporozą?

Izolat białka sojowego doskonale uzupełnia braki w układzie kostnym

Dlaczego sportowcy amatorzy?

Forever Lite dostarcza mięśniom gotowego budulca, dzięki czemu organizm trochę przeciążony treningami nie będzie miał tendencji do zużywania własnego białka. Soja sprawdza się wówczas u osób trenujących bardziej intensywnie lub u sportowców tuż przed ważnymi zawodami. Forever Lite może także wzmacniać organizm już po intensywnym wysiłku fizycznym, aby cały organizm jak i pobudzony układ nerwowy jak najszybciej wrócił do normy. Wobec tego życzę wszystkim smacznego.

„GARCINIA PLUS”-MINUS NADWAGA

Tajemnicą dobrego zdrowia i harmonijnie zbudowanej sylwetki jest prawidłowe odżywianie. Tak zwane diety cud przynoszą efekt przejściowy z efektem jojo. Owoce z drzewa Tamaryndowca są bardzo cenione ze względu na swoje szczególne właściwości zdrowotne i odżywcze. Wyciąg z tego naturalnego surowca zawiera między innymi kwas hydroksycytrynowy (HCA) o którym wiadomo, że wywiera korzystny wpływ na tempo i jakość przemian metabolicznych. Forever Garcinia Plus zaprojektowana została z Myśla o wszystkich kto®zy chcą uzyskać i utrzymać zdrową harmonijną sylwetkę, a także o osobach bardzo aktywnych fizycznie. Zawarte w niej składniki w naturalny sposób wspomagają przemianę materii, tj. ułatwiają spalanie tłuszczu. Produkt ten wzbogacono łatwo przyswajalnym chromem, bez którego nie ma mowy o prawidłowej przemianie materii, ponieważ odpowiada on bezpośrednio za właściwą gospodarkę cukrami w organizmie.

Trójstopniowy program uzyskania i utrzymania harmonijnej sylwetki.
I stopień – ograniczenie spożycia tłuszczów i obniżenie kaloryczności codziennej diety
II stopień - zwiększenie aktywności fizycznej
III stopień – usprawnienie tempa przemiany materii

POKARM KRÓLEWSKI – MLECZKO PSZCZELE

Wszystko co pochodzi od pszczół jest przydatne a najczęściej niezwykle korzystne dla człowieka.

Otóż zaczyna się od tego, że młode robotnice same same się odżywiają miodem i pyłkiem, równocześnie z dwóch składników śliny przyrządzają pożywną papkę. Tak w gruczołach gardła pszczół powstaje mleczko pszczele.

Właściwości mleczka pszczelego : odmładza, wspomaga odporność, wzmacnia przemianę materii, stymuluje krwiotwórczość, reguluje funkcje gruczołów wydzielanie wewnętrznego, przeciwdziała miażdżycy i zawałom serca. Poprawia samopoczucie, wzmacnia aktywność i energię, pobudza apetyt – słowem pokarm królewski.

Do tej pory nie wyodrębniono jeszcze wszystkich jego składników. Wśród poznanych znajdują się hormony, witaminy: A, C, E, B1, B2, B3, B5, B6, biotyna, kwas foliowy, inozynol, 18 aminokwasów, w tym: cysteina, lizyna, aspiryna,

nienasycone kwasy tłuszczowe, liczne minerały: wapń, fosfor, miedź, żelazo, acetylocholina, substancje antybakteryjne, kwasy RNA i DNA, enzymy.

Mleczko zwane jest również „kosmetykiem od środka” (podobnie jak Forver Lite)

Mleczko pszczele jest bardzo cennym dodatkiem uzupełniającym codzienną dietę.

Właściwości mleczka pszczelego

Działanie tonizujące – stosowane w małych dawkach przez dłuższy okres czasu usuwa zmęczenie, polepsza wzrok, podwyższa efektywność pracy i powoduje przypływ sił życiowych. Zwiększa koncentrację, przyspiesza proces myślenia i przywraca równowagę psychiczną. Stosowane jest w bezsenności, ogólnym osłabieniu, w stanach nadpobudliwości, w neurastenii, depresji, stanach lękowych, i maniach prześladowczych.

Działanie regulujące przemianę materii – badania kliniczne dowiodły, że mleczko pszczele stosuje się w niedożywieniu (zawiera ponad 200 substancji odżywczych), w braku łaknienia jak również w walce z otyłością. Zalecane jest dla kobiet ciężarnych, matek karmiących, osobom po zabiegach chirurgicznych i po dużej utracie.

Działanie uodporniające – podwyższa odporność organizmu na zakażenia, stymuluje wytwarzanie krwinek białych w tym leukocytów i limfocytów oraz podwyższa ich zdolność do fagocytowania (pożerania) drobnoustrojów chorobotwórczych. Pobudza układ chłonny do wytwarzania globulin – białek warunkujących odporność organizmu na zakażenia

Działanie immunodepresyjne – hamuje syntezę przeciwciał skierowanych przeciwko własnym antygenom, które mogą powstawać w organizmie na skutek długotrwałej choroby narządów wewnętrznych – autoagresja powstająca w czasie trwania np.: choroby reumatycznej

Działanie na układ sercowo – naczyniowy – rozszerza naczynia krwionośne, obniża ciśnienie krwi, dlatego stosuje się w nadciśnieniu tętniczym, rozszerza również naczynia wieńcowe serca i naczynia mózgowie. Przeciwdziała zatorom mózgowym. Obniża poziom cholesterolu w surowicy krwi, używane jest w nerwicy, dusznicy bolesnej i stwardnieniu mięśnia sercowego.

Działanie na przewód pokarmowy – stosowany przy problemach z wrzodami żołądka i dwunastnicy. Dobre efekty daje również w przewlekłych zaparciach oraz stanach zapalnych jelita grubego, co znalazło zastosowanie u chorych z zaburzoną pracą przewodu pokarmowego po zabiegach chirurgicznych.

Działanie na wątrobę – wykazuje działanie ochronne na tkankę wątrobową i pęcherzyk żółciowy, zapobiega marskości wątroby.

Działanie na układ oddechowy (alergie) – pomocne w terapii astmy oskrzelowej atopowej, a także stanów zapalnych oskrzeli

Działanie reumatyczne – bardzo dobre wyniki w reumatoidalnym zapaleniu stawów, zesztywniającym zapaleniu stawów kręgosłupa, artretyzmie

Działanie dermatologiczne – trudno gojące się rany, oparzenia, odleżyny, wrzody żylakowe i troficzne, - powstałe na tle niedożywienia, w przypadku egzem łojotokowych, tocznia rumieniowatego, liszajów rąk i nóg, łysienia plackowatego, leukoplakii (rogowacenie białe) i hiperplazji błony śluzowej jamy ustnej (zmiany nowotworowe)

Działanie oftalmologiczne – w pourazowych zapaleniach rogówki, ostrego i przewlekłego zapalenia spojówek oraz ropni spojówek i powiek

Mając dobry produkt pszczeli typu Forever Royal Jelly możemy być pewni jego dobrego, prozdrowotnego działania. Produkt polecany dla wszystkich.

SUPLEMENTY DIETETYCZNE JAKO ELEMENTY DZIAŁAJĄCE PRZECIWNOWOTWOROWE

Aż 70 % wpływ na nasze zdrowie ma dieta – czyli nasze nawyki żywieniowe. Wpływ ten tak dalece nie daje się pominąć ani zlekceważyć. Już w latach czterdziestych naszego stulecia amerykański prekursor dietetyki Gerson mówił, że: „Rak to zemsta Natury za nieprawidłowe odżywianie się, 99 % nowotworów to zatrucie własnymi toksynami, a 1 % to nieodwracalne zmiany, które zachodzą w organizmie.”

Od pierwszych patologicznych zmian komórkowych do pełno objawowego guza nowotworowego mija od 10 do 20 lat, a w niektórych typach nawet 30 do 40 lat. Przez te wszystkie lata można raka „głodzić” lub „dokarmiać” czyli stwarzać mu takie warunki w których nie będzie mu się łatwo rozwijać lub wręcz przeciwnie – będzie rozwijał się i rozprzestrzeniał niezwykle łatwo.

W czasach, pożywienie wzięte z natury nie potrafi sprostać naszym wymaganiom odżywczym (skażenie środowiska, zubożenie gleb w składniki mineralne, pestycydy, sztuczne metody przyspieszania roślin itp.) suplementacja dietetyczna staje się koniecznością.

Suplementacja dietetyczna – to świadome wzbogacanie swojej codziennej diety o te składniki, które trudno jest już uzyskać ze źródeł naturalnych. Kompleksowy program Forever został zaprojektowany do jak najlepszej suplementacji odżywczej naszego organizmu – takiej, która czyni z codziennej diety pancierz ochronny przeciwko wszelkim chorobom degeneracyjnym w tym również nowotworowym.

Najbardziej chyba krótkowzrocznym działaniem byłby brak działań, z chwilą kiedy pojawi się konkretne niebezpieczeństwo dietetyczne metody ochronne nie SA już tak bardzo skuteczne jak wtedy gdy używamy ich jedyne w celach osłonowych. Nie istnieje jednak taka sytuacja, w której nie należałoby zadbać o zdrową, stymulacyjnie działającą na nasz organizm dietę. Suplementacja dietetyczna jest bardzo skuteczna dzięki regularności – tak niewiele wysiłku trzeba aby włączyć do codziennej diety cenne produkty wzbogacające nasze pożywienie o broń przeciwrakową. Inwestujemy we własne zdrowie.

NAJCZĘŚCIEJ SPOTYKANE DOLEGLIWOŚCI

Afty	Aloe Berry Nectar, Galaretka Aloe Vera, Mleczko Pszczele, Nature Min, Aloe First
Alergiczne Zapalenie Skóry	Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Nature Min, Galaretka Aloe Vera
Alergie	Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Nature Min, Propolis, Czosnek
Anemia	Mleczko Pszczele, Absorbent C, Aloe Berry Nectar, Pola Zieleni, Nature Min, Forever Lite, Forever Kids
Angina	Aloe Berry Nectar, Czosnek, Mleczko Pszczele, Absorbent C, Propolis, Probiotyk
Anoreksja	Mleczko Pszczele, Absorbent C, Nature Min, Pola Zieleni, Lite
Apetyt – brak	Herbatka Aloesowa, Czosnek, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni

Artretyzm	Aloesowa Emulsja Rozgrzewająca, NatureMin, Lite, Aloe Freedom, Msm
Astma	Aloe Vera Gel, Absorbent C, Nature Min, Pola Zieleni, Czosnek, Herbatka Aloesowa, Mleczko Pszczele, Lite
Bezsennaść	Herbatka Aloesowa, Nature Min, Mleczko Pszczele, Miąższ
Biegunka	Miąższ, Czosnek , Lite, Pola Zieleni
Blizny (usuwanie)	Mydło Aloesowa, Aloe Scrub, Miąższ, Krem Aloesowo - Propolisowy, Niebieski Listek
Ból głowy	Mleczko Pszczele, Nature Min, Lite, Pola Zieleni, Miąższ, Herbatka Aloesowa, Arctic Sea,
Bóle mięśniowe	Aloesowa Emulsja Rozgrzewająca, Msm, Freedom, Calcium
Bóle żołądka	Herbatka Aloesowa, Miąższ, Pola Zieleni
Chroniczne zmęczenie	Freedom, Mleczko Pszczele, Nature Min, Ginchia
Cukrzyca	Miąższ, Czosnek, Nature Min, pola Zieleni, Herbatka Aloesowa, Lycium, Absorbent C, Arctic Sea
Czyraki	Czosnek, Mleczko Pszczele, Krem Aloesowo - Propolisowy, Absorbent C, Aloe Berry Nectar, Aktywator Aloesowy
Depresja	Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Nature Min, Absorbent C
Egzema	Miąższ, Krem Aloesowo - Propolisowy, Niebieski Listek
Gazy – wzdęcia	Herbatka Aloesowa, Miąższ, Garcinia Plus, Pola Zieleni
Grypa	Miąższ, Propolis, Absorbent C, Czosnek, Herbatka Aloesowa, Pola Zieleni, Emulsja Rozgrzewająca
Grzybica stóp	Krem Aloesowo - Propolisowy, Miąższ, Galaretka,
Hemoroidy	Miąższ, Galaretka Aloe Vera (smarowanie i w postaci czopków)
Impotencja	Mleczko Pszczele, Witamina C, Pola Zieleni, Nature Min, Propolis, Czosnek, Aloe Berry Nectar, Herbatka Aloesowa
Infekcja nerek	Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Propolis
Jaskra	Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Nature Min, Absorbent C, Lite, Lycium
Jęczmień	Aktywator Aloesowy
Kaszel	Miód, Herbatka Aloesowa, Czosnek, Aloe Berry Nectar, Absorbent C
Katar	Aloe Vera Gel (inhalacje, płukanie gardła, picie), Czosnek, Mleczko Pszczele, Absorbent C, Galaretka (do nosa)
Katarakta	Aloe Berry Nectar, Aktywator Aloesowy, Nature Min, Absorbent C, Mleczko Pszczele

Klimakterium	Lite, Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni
Krtań – zapalenie	Aloe Vera (płukanie, picie), Absorbent C, Mleczko Pszczele, Czosnek, Aloe First (do płukania)
Łupież	Szampon Aloesowy, Odżywka, Aloe First, Absorbent C, Nature Min, Pola Zieleni, Mleczko Pszczele,
Łuszczyca	Mydło Aloesowe, Aloesowa Emulsja Nawilżająca, Krem Aloesowo - Propolisowy, Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Czosnek, Pola Zieleni, Absorbent C, Miód
Menstruacja	Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Nature Min, Pola Zieleni, Czosnek, Absorbent C
Migdałki – zapalenie	Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Absorbent C, Czosnek
Migrena	Aloe Vera Gel, Herbatka Aloesowa, Mleczko Pszczele, Aloe Bery Nectar, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Emulsja Rozgrzewająca
Nadaktywność	Aloe Vera Gel, Mleczko Pszczele, Nature Min
Nadciśnienie	Czosnek, Aloe Berry Nectar, Nature Min, Pola Zieleni, Mleczko Pszczele
Nadżerka szyjki macicy	Galaretka Aloesowa, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Czosnek, Nature Min, Absorbent C, Aloe Vera Gel
Nudności i wymioty	Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Herbatka Aloesowa, Pola Zieleni, Nature Min
Odleżyny	Galaretka Aloe Vera, Aloe First (rany otwarte), Aloe Berry Nectar
Okrężnica – zapalenie	Aloe Berry Nectar, Nature Min, Lite, Mleczko Pszczele
Osteoporoza	Lite, Nature Min, Pola Zieleni, Aloe Berry Nectar
Paradentozą	Absorbent C, Nature Min, Galaretka Aloe Vera, Aloesowa Pasta do zębów, Aloe First
Paznokcie łamliwe	Nature Min, Pola Zieleni, Mleczko Pszczele, Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Aloesowa Emulsja Nawilżająca
Pokrzywka	Aloe Berry Nectar, Galaretka Aloesowa, Mleczko Pszczele
Polip	Pola Zieleni, Mleczko Pszczele, Absorbent C, Aloe Berry Nectar
Pot – nieprzyjemny zapach	Dezodorant, Aloe Berry Nectar, Krem Aloesowo - Propolisowy, Pola Zieleni
Potówki	Galaretka Aloe Vera
Prostata	Mleczko Pszczele, Aloe Berry Nectar, Nature Min, Absorbent C, Czosnek

Przeziębienie	Patrz Grypa
Przykry zapach z ust	Aloe Berry Nectar, Pasta Aloesowa, Pola Zieleni
Rekonwalescencja	Miód, Mleczko Pszczele, Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Nature Min, Pola Zieleni, Czosnek
Reumatyzm	Czosnek, Aloe Berry Nectar, Mleczko Pszczele, Aloesowa Emulsja Rozgrzewająca
Rozstępy	Galaretka Aloe Vera, krem Aloesowo - Propolisowy, Zestaw do tonizacji ciała
Serce	Absorbent C, Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Miód, Czosnek, Lite
Okaleczenia, otarcia, zadrapania	Galaretka Aloe Vera, Aloe First, Absorbent C, Pola Zieleni, Mleczko Pszczele
Skurcze mięśni	NatureMin, Aloe Berry Nectar
Stłuczenia	Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Galaretka Aloesowa
Trawienie	Aloe Berry Nectar, Herbatka Aloesowa
Trądzik	Mydło Aloesowa, Aloe Berry Nectar, Krem Aloesowo - Propolisowy, Czosnek, Mleczko Pszczele, Absorbent C, Pola Zieleni, Aloesowa Emulsja Rozgrzewająca
Uchyłek jelita	Aloe Berry Nectar, Pola Zieleni, Nature Min, Lite
Ukąszenia przez insekty	Galaretka Aloesowa, Sztyft do ust, Aloe First
Upławy	Aktywator (rozcieńczyć w ½ l letniej wody, płukać)
Wargi – pękanie	Emulsja Aloesowa, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Nature Min, Sztyft do ust
Wątroba	Mleczko Pszczele, Miód, Absorbent C, Aloe Berry Nectar
Wrzody żołądka i dwunastnicy	Mleczko Pszczele, Pola Zieleni, Lite, Aloe Vera gel
Zapalenie pęcherza moczowego	Aloe Berry Nectar, Absorbent C, Czosnek, Mleczko Pszczele, Nature Min
Zapalenie pochwy	Galaretka Aloe Vera, Absorbent C, Czosnek, Mydło Aloesowe
Zaparcie	Herbatka Aloesowa, Miód, Lite, Aloe Berry Nectar
Zatoki	Aloesowa Emulsja Rozgrzewająca, Czosnek, Absorbent C, Mleczko Pszczele, Aloe Berry Nectar
Zgaga	Aloe Berry Nectar, Herbatka Aloesowa
Żylaki	Aloe Berry Nectar, Abs C, galar.aloes,mleczko pszczele

* W przypadku produktów nie omówionych w części opisowej, o szczegóły proszę pytać dystrybutorów.