

Aloe vera a problémy s trávením

Problémy s trávením má dnes prakticky každý člověk. Kde bychom měli hledat příčinu? Bude potřeba se vrátit do vzdálené historie, kdy měl člověk k dispozici převážně rostlinnou stravu, samozřejmě syrovou. Maso jedl jen občas, a to zpravidla libové, málo tučné. Člověk se tehdy musel hodně pohybovat, aby ulovil nějakou potravu a také aby se nestal potravou jiného živočicha.

Současné stravování se však od vzpomínané historie zásadním způsobem odlišuje. Čím dál méně se pohybujeme, v naší stravě převažují potraviny živočišného původu, konzumujeme málo vlákniny, máme nedostatek minerálů a přijímáme velké množství škodlivých látek, jako jsou barviva a konzervační činidla. Jíme zbytečně mnoho živočišného tuku a sádla. Výsledkem je příliš mnoho lidí s nadváhou až obezitou, vysokým krevním tlakem, cukrovkou a různými chorobami trávicího traktu. Každý devátý Čech a každá desátá Češka jsou dnes ohroženi rakovinou tlustého střeva.

Je vůbec nějaké řešení?

Určitě je! Především je potřeba do stravování vrátit pravidelnost. Trávicí trakt se nejlépe připraví na trávení, pokud ho „naučíme“ pravidelnosti. V pravidelných časech přijímání potravy budou optimální podmínky na trávení (duševní pohoda, optimální množství a složení trávicích enzymů).

Složením stravy se zde nebudeme zabývat, na to je potřeba větší prostor. Které doplňky výživy pomohou zvládnout běžné problémy s trávením, jako je např. zácpa, nadýmání, pálení žáhy, nedostatečné trávení, vředové onemocnění žaludku a dvanácterníku?

Aloe vera gel

Přírodní drcený gel z Aloe vera neobsahuje chemická konzervační činidla a společnost FLP garantuje jeho kvalitu. Forever Living Products vlastní patentovaný technologický postup konzervace „za studena“, čímž se podaří uchovat složení a vlastnosti čerstvého Aloe vera gelu.

- Základním účinkem Aloe vera je detoxikace organismu, která se projeví lepší činností buněk, především tím, že se z povrchu buněk odstraní nečistoty, buňky budou citlivější na podněty okolního prostředí (obdoba špinavého a čistého okna), a také specifickým účinkem na trávení, hlavně na buňky tlustého střeva.
- Dalšími vlastnostmi Aloe vera jsou harmonizující účinek a účinek antistresový. Tyto účinky potřebuje každý k pocitu pohody a normalizace procesů trávení.
- Aloe vera upravuje žaludeční kyselost - snižuje překyselení, ale na druhé straně při nedostatečné kyselosti dokáže stimulovat její zvýšení.
- Optimalizuje se produkce trávicích šťáv.
- Zlepšením činnosti střevních klků selepší zpětné vstřebávání vody v tlustém střevě.

Kde všude Aloe vera pomůže:

- a. pálení žáhy - pravidelné pití Aloe vera gelu odstraní nepříjemný pocit pálení žáhy především úpravou množství tvorby žaludeční kyseliny,
- b. nedostatečné trávení - Aloe vera pomáhá normalizovat celý proces trávení,

- c. zácpa - je velkým rizikovým faktorem pro vznik rakoviny tlustého střeva; pravidelné pití Aloe vera si poradí i s několika let trvající zácpou,
- d. průjem - zejména průjem, který je následkem nedostatečného trávení, nervozity a stresů, ale také virové průjmy, zejména u dětí; zvláště dobrých účinků se dosahuje v případě dráždivého tračníku,
- e. vředová choroba žaludku a dvanáctníku - Aloe vera kromě výše uvedených vlastností urychluje hojení ran, tlumí bolest a krvácení, je tedy optimálním doplňkem základní léčby tohoto častého a opakujícího se onemocnění. Aloe má všeobecně baktericidní účinek - zabíjí bakterie. Tento účinek je velmi intenzivní a specifický na bakterii *Helicobacter pylori*, která se z velké části podílí na vzniku žaludečních vředů.
- f. nechutenství - Aloe vera normalizuje chuť k jídlu - zvýšenou chuť snižuje, sníženou naopak zvýší. Tento účinek je cenný zvláště u dětí, které trpí nechutenstvím. V těchto případech spíše doporučujeme Aloe Berry Nectar, jde o Aloe vera gel, ochucený brusinkami s přídatkem jablečného octa, který také obsahuje velké množství vlákniny a přírodního vitamínu C. Vhodné je doplnit výživu o multivitaminový přípravek Forever Kids v dávce 3x denně 1 tabletku.

Dávkování Aloe vera gelu: 1x až 2x denně 0,2 dcl - 0,5 dcl gelu

Fields of Green Tabletky se skládají z mladých výhonků ječmene, pšeničné trávy a vojtěšky. Jsou optimálním doplňkem naší výživy - již 3 tabletky denně zabezpečí optimální množství vlákniny v naší stravě. Denní užívání tohoto rostlinného doplňku je velmi dobrou prevencí rakoviny tlustého střeva. Fields of Green zabezpečí pocit dokonalého vyprázdnění tlustého střeva. Kromě těchto vlastností má ještě jednu navíc - obsahuje přírodní pikolinát chromitý, který urychluje odbourávání cukrů a snižuje obecně chuť k jídlu, zejména pak chuť na sladkosti.

Dávkování Fields of Green: 3x denně 1 tabletku, rozkousat a zapít vodou. Běžné potíže trávení, se kterými se ani nikomu nesvěřujete, můžete zvládnout sami bezpečnou přírodní cestou. V případě přetrvávajících potíží konzultujte postup se svým lékařem.