

Vitamín C so šípkami

Obsahuje vitamín C 1000 mg, navyše je obohatený o šípky – zdroj flavonoidov. Vitamín C je významný antioxidant, ktorý má široké spektrum pôsobenia. Vitamín C je dôležitý antioxidant, ktorý prispieva k ochrane buniek pred voľnými radikálmi, k normálnej funkcii imunitného systému, k zníženiu miery vyčerpania a je dôležitý pre získavanie energie z potravy.



ADAMPHARM

Vitamín C so šípkami

Prípravok obsahuje vitamín C, avyše je obohatený o šípky – zdroj flavonoidov. Vitamín C je významný antioxidant, ktorý má široké spektrum pôsobenia. Vitamín C je dôležitý antioxidant, ktorý prispieva k ochrane buniek pred voľnými radikálmi, prispieva k normálnej funkcii imunitného systému, prispieva k normálnej funkcii imunitného systému počas intenzívneho fyzického výkonu a po ňom. Tohto priaznivého účinku sa dosiahne pri dodaní aspoň 200 mg denne navyše k odporúčanej dennej dávke vitamínu C – užitie 1 tablety denne dodá oveľa viac, prispieva k zníženiu miery vyčerpania, je dôležitý pre získavanie energie z potravy.

Vitamín C - Vitamín C alebo kyselina L-askorbová je narozdiel od veľkého množstva vitamínov rozpustná vo vode. Organizmus si tento vitamín sám vytvoriť nedokáže a preto je potrebné ho do tela pravidelne dopĺňať napríklad cez stravu a to napríklad ovocím a zeleninou alebo doplnkami stravy s obsahom vitamínu C. Predávkovanie vitamínom C je veľmi nepravdepodobné a zriedkavé najmä vďaka svojej rozpustnosti vo vode, prebytočný vitamín C z tela jednoducho odíde z tela močom. Vitamín C je kľúčový pri mnohých procesoch v tele, napríklad ako dôležitú látku pri tvorbe a premene kolagénu v tele. Okrem kolagénu sa v organizme podieľa aj na syntéze karnitínu, dopamínu a steroidných hormónov.

Taktiež je veľmi významným antioxidantom a je veľmi dôležitý pri prevencii kardiovaskulárnych chorôb. Zastáva úlohu aj pri metabolizme železa a medi, a tak telo chráni pred záťažou spôsobenou ťažkými kovmi. Má celkovo pozitívny vplyv na obranyschopnosť organizmu a to tak, že zvyšuje odolnosť organizmu proti chladu a pomáha ničiť baktérie. Jeho nevyhnutnosť pri látkovej premene kolagénu ho robí dôležitým pre takmer každý orgán a časť nášho tela.

Od zubov a kostí až po orgány a pokožku.

Šípky - Šípky obsahujú hlavne vitamín C a to 426 mg na 100 g a vitamín A 4345 IU na 100 g. Samozrejme obsahuje aj iné vitamíny, ako napríklad vitamíny skupiny B, vitamín E a K, a obsahuje tiež minerálne látky a to: vápnik, železo, horčík, fosfor, draslík, sodík a zinok. Podľa jednej štúdie po užití extraktu zo šípky sa znížil rast a migrácia buniek rakoviny prsníka. V štúdiu najvyššie koncentrácie extraktu šípky znížili migráciu buniek rakoviny prsníka až o 45%. Ovocný extrakt tiež zabraňoval rakovinovému množeniu v mozgu, mieste, kam sa bunky rakoviny prsníka zvyknú rozširovať.

Ďalšia štúdia sa zameriava na fytochemikálie prítomné v čaji zo šípok. Polyfenoly prítomné v ovocí pomáhajú zabrániť množeniu ľudských rakovinových buniek.

Podľa španielskej štúdie by šípky mohli byť aktívnymi zložkami bežnej stravy, ktoré môžu pomôcť predchádzať rakovine hrubého čreva. Ovocie má tiež protizápalový účinok, ktorý prispieva k jeho preventívnym vlastnostiam proti rakovine. Šípky obsahujú určité bioaktívne zlúčeniny, ako sú fenoly, kyselina askorbová (vitamín C), beta-karotén, triesloviny a pektíny - to všetko pomáha potlačiť oxidačný stres, ktorý môže inak viesť k rakovine.

Japonská štúdia tiež zdôraznila účinnosť ovocia na potlačenie zápalu a následného množenia rakovinových buniek. Jeden hlavný flavonoid v šípke, nazývaný tilirozid, má chválhodný protizápalový účinok. Aj keď je výťažok zo šípky bezpečný, treba mať na pamäti jednu vec - pacienti, ktorí užívajú šípku spolu s niektorými liekmi, musia byť zvlášť opatrní. Je to tak preto, lebo šípky môžu interagovať s liekmi na predpis a s voľným predajom.

Ruža šípková tiež obsahuje ďalšie účinné látky nazývané karotenoidy, o ktorých je známe, že spomaľujú expanziu určitých foriem nádoru. Zistilo sa tiež, že výťažok zo šípky predchádza epitelitíde, ktorá by mohla byť spôsobená rádioterapiou u pacientov s rakovinou hlavy a krku. Pozorovalo sa tiež, že ovocie zastavuje a dokonca odvracia rast určitých druhov rakoviny.

Šípky obsahujú aj lykopen (zlúčenina, ktorá im dodáva červenú farbu). Lykopen je obľúbený pre svoju protirakovinovú aktivitu. Stimuluje komunikáciu medzi bunkami, ktorých poškodenie vedie k množeniu rakovinových nádorov.



ADAMPHARM