

Spirulina Tablets

Izdelek št. 9600C
200 tablet

Sestava ene tablete

Čista spirulina v prahu 500 mg

Prehranska vrednost 100 g izdelka

Energijska vrednost 337 kcal (1431 kJ),
beljakovine 65,1 g, ogljikovi hidrati 13,7 g,
maščobe 8,0 g, vlaknine 2,7 g, klorofil 1500
mg, karotenoidi 450 mg, fikocianin 1000 mg,
gamalinolenska kislina 1320 mg, betakaroten
200 mg, kalcij 134 mg, železo 80 mg, kalij
1700 mg, magnezij 240 mg, mangan 300 mg,
cink 2 mg, krom 0,1 mg, selen 14 µg, vitamin
A 200 mg, vitamin B₁ 3,6 mg, vitamin B₂
3,5 mg, vitamin B₆ 1,0 mg, vitamin B₁₂
1,2 mg, vitamin E 13,0 mg, folna kislina 61 µg

Navodilo za uporabo

Vzemite 4-6 tablet dnevno s kozarcem vode.
Ne prekoračite priporočenega dnevnega
odmerka. Izdelek ne more nadomestiti
uravnovešene prehrane.

Shranjevanje

Shranjujte v hladnem in suhem prostoru.
Shranjujte nedosegljivo otrokom.
Ne uporabljajte izdelka, če je varovalo
pokrovčka poškodovano.

Izdelano po standardih cGMP

Izdelek je pripravljen v skladu z normativi
cGMP (current Good Manufacturing
Practice), kar zagotavlja odličnost proizvod-
nega postopka. Strogo nadzorujemo kakovost
v vseh proizvodnih fazah, od surovine do
končnega izdelka. Izdelek spremlja obširna
dokumentacija, ustreza pa tudi zahtevam
Švedske nacionalne uprave za prehrano, kar
zadeva varnost, integriteto in sledljivost.

Izključno za izobraževalne namene



© GENERATIONS OF HEALTH AB
2006
www.goh.biz

Predstavitev izdelka

Spirulina Tablets

Tablete spiruline so izdelane iz čistega prahu spiruline,
brez dodatkov. Spirulina je vlaknata modrozeleno alga,
ki je zaradi izjemnih prehranskih lastnosti zelo pomembna
obogatitev človekove prehrane.



Lastnosti in delovanje

- Spirulina je izdaten vir rastlinskih učinkovin, ki zelo koristijo zdravju.
- Izdaten vir vitamina B₁₂
- Izvrsten vir železa
- Tablete so primerne za vegetarijance in še zlasti za vegane, ki ne dobijo vitamina B₁₂ iz mesa in mlečnih izdelkov.
- Izdaten vir vitaminov B kompleksa in nekaterih mineralov

Spirulina Tablets

Spirulina je cianobakterija, ki jo ljudje uživajo že zelo dolgo in s tem varujejo svoje zdravje. Spirulina je vlaknata modrozelenka alga, ki je zaradi izjemnih prehranskih lastnosti zelo pomembna obogatitev človekove prehrane. Med drugim vsebuje veliko beljakovin (po izsledkih raziskav kar 60 do 71 odstotkov), fenolne kisline, tokoferole, karotene in linolensko kislino. Poleg tega, da se odlikuje z visoko prehransko vrednostjo, spirulina nima celuloznih celičnih sten, zato niso potrebni nikakršni kemijski ali fizikalni procesi, da bi jo napravili užjitno.¹

Bogat vir klorofila

Klorofil ima zelo pomembno vlogo pri celičnem dihanju v človeškem telesu. Pri rastlinah ima enako funkcijo kot hemoglobin pri človeku. Prav klorofil daje rastlinam zeleno barvo, tako kot hemoglobin daje rdečo barvo človeški krvi. Klorofil vsebuje magnezijeve ione, medtem ko hemoglobin vsebuje železove ione. Klorofil kot glavni fotoreceptor absorbira sončno svetlobo v kloroplastih zelenih rastlin. Ta vloga je ključnega pomena za fotosintezo – proces, pri katerem rastline ustvarjajo energijo in glukozo, sproščajo pa kisik, ki ga nato mi vdihavamo in porabljamo pri celičnem dihanju. Tablete Spirulina Tablets so res zelo bogat vir klorofila, saj 100 g izdelka vsebuje kar 1500 mg klorofila.

Izdaten vir rastlinskih učinkovin

Edinstvene rastlinske učinkovine (rastlinska hranila s posebnimi lastnostmi) v spirulini, ki krepijo in varujejo človekovo zdravje, delujejo v sinergiji in s tem nenehno polnijo naše telo z energijo v teku dneva. S tem preprečimo pojav izčrpanosti, hkrati pa se povečuje odpornost telesa. Spirulina je popolno, vsestransko, naravno prehransko dopolnilo, primerno za vse starostne skupine. Spirulina vsebuje fikocianin, ki pri cianobakterijah predstavlja 20 % celotne količine beljakovin. Fikocianin je barvilo pri modrozelenih algah, ki vsebuje odprte verige tetrapirolov z možnim prečiščevalnim delovanjem.² Spirulina je tudi bogat vir karotenoidov, od katerih so najpomembnejši b-karoten, zeaksantin, ehinenon, miksoksantofil in b-kriptoksantin.

Tablete spiruline oskrbijo vaše telo s široko paleto hranilnih snovi

Spirulina vsebuje minerale, vitamine in elemente v sledovih v naravnem ravnovesju.

Magnezij je potreben za delovanje živčevja in mišic. Potrebujemo ga tudi mnogi izmed 300 encimov, ki uravnavajo celične dejavnosti.

Kalij je potreben za pravilno delovanje mišic in ledvic, ter za ohranjanje kislino-bazičnega ravnovesja v telesu.

Železo je potrebno za prenos kisika po krvi in posledično do vseh tkiv in celic.

Krom uravnava presnovo krvnega sladkorja.

Mangan krepi celično obrambo proti prostim radikalom in podpira delovanje encimov, poleg tega pa sodeluje pri presnovi ogljikovih hidratov in maščob.

Vitamin A je potreben za dober vid, za zdravje sluznic, kože in rast na splošno. Vitamin A v spirulini nastopa v obliki beta-karotena, provitamina, ki deluje kot pomemben antioksidant.

Vitamin B₁ (tiamin) ima vlogo pri izgorevanju ogljikovih hidratov med procesom proizvodnje energije; pomemben je tudi za delovanje živčevja in mišic.

Vitamin B₂ (riboflavin) je potreben za izgorevanje maščobe, ogljikovih hidratov ter beljakovin v procesu proizvodnje energije.

Vitamin B₆ (piridoksin) je prav tako potreben za presnovo beljakovin in maščob ter za absorpcijo vitamina B₁₂. Vitamin B₆ je zelo pomemben za normalno delovanje živčnega sistema.

Vitamin B₁₂ je potreben za razmnoževanje rdečih krvničk, zaščito živčnih celic in za splošno podporo živčnemu sistemu. Ima tudi nadvse pomembno vlogo pri sproščanju energije in je eden od najpomembnejših elementov spiruline, ki preprečujejo pojav telesne izčrpanosti in po naravni poti zvišujejo nivo naše energije.

Viri

1. Mao, T.K., Van de Water, J. and Gershwin, M.E. *Effects of a Spirulina-Based Dietary Supplement on Cytokine Production from Allergic Rhinitis Patients*. J. Med. Food 8 (1) 2005, 27–30 © Mary Ann Liebert, Inc. and Korean Society of Food Science and Nutrition.

2. Romay C, Armesto J, Ramirez D, Gonzalez R, Ledon N. and Garcia I. Pharmacology Department, National Center for Scientific Research, CNIC, Havana, Cuba. ricardo@quimica.cneuro.cu. *Antioxidant and anti-inflammatory properties of C-phycoyanin from blue-green algae*. http://www.wellesley.edu/Chemistry/nhk/ppt_cyano/sl_15_phycoyanin.html.

3. Baojiang, G. *Study on effect and mechanism of polysaccharides of Spirulina on body immune function improvement*. Second Asia-Pacific Conference on Algal Biotechnology, Singapur, april 1994.

4. Evets, L. et al. *Means to normalize the levels of Immunoglobulin gE, using the food supplement Spirulina*. Grodenski State Medical Univ. Russian Federation Committee of Patents and Trade. Patent (19) RU (11) 2005486. Jan. 15, 1994, Rusija.

5. Gustafson, K.R., Cardellina, J.H. II, Fuller, R.W., Weislow, O.S. and Kiser, R.F. *AIDS antiviral sulfolipids from cyanobacteria (bluegreen algae)*. J. Nat. Cancer Inst. 81, (1989).

Izključno za izobraževalne namene



© 2006 GENERATIONS OF HEALTH AB

www.goh.biz