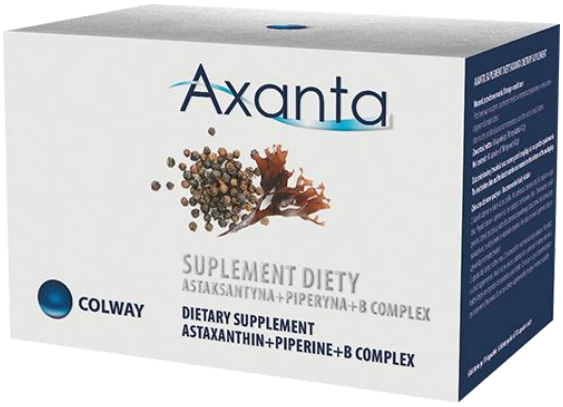
5 powodów, aby każdego dnia brać astaksantynę



Astaksantyna to najsilniejszy i najbardziej skuteczny naturalny przeciwutleniacz

Ten naturalnie występujący karotenoid można znaleźć w glonach, krewetkach, homarach, krabach i łososiu. Karotenoidy to bardzo zdrowe barwniki pigmentowe. Beta-karoten, na przykład, jest pomarańczowy.

Z kolei astaksantyna nazywana „królową karotenoidów” jest czerwona i to właśnie z jej powodu kraby, krewetki i łosoś są różowe. W królestwie zwierząt astaksantyna występuje w największej koncentracji w mięśniach łososia zapewniając im wytrzymałość w okresach, gdy płyną pod prąd.

Dla ludzi, astaksantyna jest silnym antyoksydantem o szerokich konsekwencjach dla zdrowia i w przeciwieństwie do innych antyutleniaczy, takich jak beta-karoten, zeaksantyna, witaminy E, C, D i selen, astaksantyna nigdy nie zamieni się w pro-utleniacz w organizmie. To z tych powodów wskazane jest przyjmowanie Witaminy C z MSM, aby witamina C nie zamieniła się w pro-utleniacz.

Astaksantyna została szeroko obgadana przez wielu naturopatów w tym dr Mehmet Oza, jak również dr Joe Mercolę.

Jeśli chodzi o pewne mity, to kryle wcale nie zawierają szczególnie dużo astaksantyny, a wręcz przeciwnie niewiele.

5 powodów, aby każdego dnia brać astaksantynę

1. Pomaga złagodzić ból i stan zapalny

Astaksantyna jest silnym lekiem przeciwzapalnym i przeciwbólowym, blokującym różne substancje chemiczne w organizmie, które sprawiają, że krzyczysz „auć".

Co więcej, astaksantyna redukuje związki przeciwzapalne, które napędzają wielu chorób przewlekłych. Mimo że jest w 100 % naturalna i tak działa jak niektóre leki przeciwbólowe na receptę, ale bez ryzyka uzależnienia, krwawienia z przewodu pokarmowego lub zgagi.

Konkretnie chodzi tutaj o zastąpienie leków przeciwbólowych i przeciwzapalnych przy zapaleniach stawów i kości, reumatoidalnemu zapaleniu stawów, a także przy bolesnych menstruacjach.

Astaksantyna ma wpływ nie tylko na ścieżkę COX 2, ale również (co wykazano w badaniach) **zmniejsza poziomu CRP o więcej niż 20% w ciągu 8 tygodni**.
Nie ma takiego leku na receptę, który miałby takie osiągi. Nawet *American Heart Association* twierdzi, że CRP jest kluczowym wskaźnikiem chorób serca. Ja dodam jeszcze, że jest objawem wszystkich stanów zapalnych w ciele, w tym raka.

2. Pomaga zwalczać zmęczenie

Astaksantyna zapewnia najlepsze na dany moment wyniki sportowe. Podobnie jak łosoś dokonuje bohaterskich wyczynów pływając pod prąd, astaksantyna może bardzo pomóc sportowcom w ich staraniach o wyniki. Czysta naturalna astaksantyna jest wskazana do wyciągania z mięśni „maksa", zwiększa wytrzymałość i utrzymuje podwyższoną energetykę.

3. Wspiera zdrowie oczu

Astaksantyna posiada unikalną zdolność docierania do siatkówki. Badania kliniczne wykazały, że astaksantyna pomaga w retinopatii cukrzycowej, zwyrodnieniu plamki żółtej, przy zmęczeniu oczu. Pozwala widzieć wszystko w najdrobniejszych szczegółach.

4. Czyści komórki

Astaksantyna jest klasą samą w sobie jeśli chodzi o zasięg przeciwutleniaczy, ponieważ filtruje je do każdej komórki ciała. Unikalne właściwości molekularne lipofilowe i hydrofilowe pozwalają na dotarcie do każdej komórki. Co należy rozumieć w ten sposób, że zabezpiecza elementy komórki zarówno rozpuszczalne w tłuszczach, jak i w wodzie.

Jakby przytulała się do całego ciała.

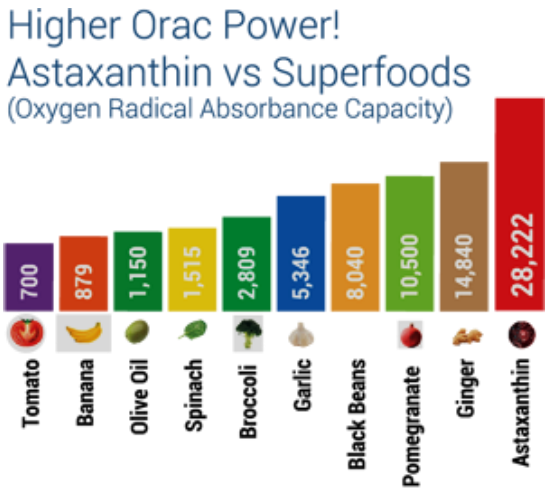
Astaksantyna w badaniu klinicznym była 6 000 razy silniejsza niż witamina C, 800 razy mocniejsza niż Koenzym Q10, 550 razy silniejsza niż katechiny zielonej herbaty i 75 razy silniejsza niż kwas alfa liponowy jako przeciwutleniacze.

5. Upiększa skórę i chroni ją przed nadmiernym promieniowaniem słonecznym

Astaksantyna chroni i nadaje piękności największemu narządowi w naszym organizmie. Badania są jasne i spójne, ukazujące doskonałe rezultaty wyglądu skóry po suplementacji astaksantyną. Nawilża skórę, nadaje jej gładkość, elastyczność, usuwa drobne zmarszczki, plamy i piegi.

Wnioski

Jeśli potrzebujesz się wzmocnić, obniżyć stan zapalny (CRP), zlikwidować bóle po treningowe i nie tylko, upiększyć skórę, odmłodzić się, nie poparzyć na słońcu bez używania szkodliwych filtrów, użyj astaksantyny.



Wykorzystano materiał ze strony: *http://www.pepsieliot.com/*