

Link do produktu: <http://www.czteryporyroku.sklep.pl/olej-z-siemia-lnianego-tloczony-na-zimno-1250-mg-solgar-p-1588.html>



OLEJ Z SIEMIENIA LNIANEGO tłoczony na zimno 1250 MG SOLGAR

Cena	102,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny

Opis produktu



Olej z Siemienia Lnianego

Siemię lniane jest najlepszym naturalnym źródłem roślinnych nienasyconych kwasów tłuszczowych z grupy Omega 3 i Omega 6 i Omega 9. Przyrodniczo naturalne proporcje tych niezbędnych składników w oleju z siemienia lnianego doceniano od wieków.

Solgar wytwarza olej z siemienia lnianego w procesie produkcyjnym bez dostępu powietrza i światła. Technologia ta zapewnia i gwarantuje pełną stabilność i świeżość oleju. Ponieważ olej z siemienia lnianego firmy Solgar nie jest z niczym mieszany zachowana została jego naturalna struktura (wzajemne proporcje nienasyconych kwasów tłuszczowych i ich wysoka zawartość). Istotną informacją jest to, iż już jedna kapsułka dostarcza odpowiednią dzienną porcję niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych (Omega 3, omega 6 i Omega 9) w najlepiej przyswajalnych proporcjach.

3,5 (Omega 3) : 1 (Omega 6) : 1 (Omega 9)

Skład: Jedna (1) kapsułka zawiera:

Składniki aktywne:

Olej z siemienia lnianego (olej lniany).....1250 mg

w tym:

Wielonienasycone kwasy tłuszczowe:

kwasy alfa-linolenowe (omega 3)	650 mg
kwasy linolowe (omega 6)	187 mg
kwasy oleinowe.....	162 mg
kwasy palmitynowe.....	62 mg
kwasy stearynowe.....	37 mg
pozostałe kwasy tłuszczowe.....	152 mg

Naturalne substancje pomocnicze:
Składniki otoczek (Żelatyna, Glicerol)

Dawkowanie: 1 do 2 kapsułek dziennie
Opakowanie: 90 kapsułek
Zapewnia kurację: 45 do 90 dni

Nie należy przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety i nie jest wskazany dla dzieci. Suplement diety powinien być przechowywany w sposób niedostępny dla małych dzieci.

OLEJ LNIANY ZASTOSOWANIE

Olej z siemienia lnianego to doskonałe źródło Niezbędnych Nienasyconych Kwasów Tłuszczowych (NNKT): Omega 3, Omega 6 i Omega 9. W oleju z siemienia lnianego kwasy te występują w tak bliskich ideałowi spożywania proporcjach.
3,5 (Omega 3) : 1 (Omega 6) : 1 (Omega 9)

Kwas alfa-linolenowy – Omega 3 (ALA) jest podstawowym źródłem DHA – będącego ważnym składnikiem mózgu. Niski poziom DHA związany jest ze zmianami nastroju, utratą pamięci, problemami ze wzrokiem i występowaniem schorzeń neurologicznych.

WPŁYW OLEJU LNIANEGO NA UKŁAD SERCOWO-NACZYNIOWY

Kwas alfa-linolenowy obniża znacząco poziom cholesterolu i zapobiega agregacji i adhezji płytek krwi. Dzięki temu olej z siemienia lnianego może przeciwdziałać miażdżycy, zawałowi serca, chorobie nadciśnieniowej.

WPŁYW OLEJU LNIANEGO NA STANY ZAPALNE

Ponieważ olej z siemienia lnianego zawiera nienasycone kwasy tłuszczowe Omega 3 i Omega 6 umożliwia to wytwarzanie w organizmie przeciwzapalnych prostaglandyn serii 1 i 3. Niski poziom tych prostaglandyn jest jednym z głównych powodów występowania różnego rodzaju przewlekłych stanów zapalnych, w tym zapalenia stawów, zapalenia okrężnicy, jelita grubego, itd.

WPŁYW OLEJU LNIANEGO NA SKÓRĘ, WŁOSY, PAZNOKCIE

Niedobór NNKT jest związany często z występowaniem różnego rodzaju chorób skóry w tym między innymi w egzemie i łuszczycy.

Zapewnienie odpowiedniego poziomu kwasów tłuszczowych Omega 3 i Omega 6 poprawia ogólny stan skóry zapobiega jej wysuszeniu, powstawaniu wyprysków i stanów zapalnych. Wpływa korzystnie na stan włosów i paznokci.

HEMOROIDY

Olej lniany wzmacnia, regeneruje i osłania błonę śluzową na całej długości układu pokarmowego i wydalniczego.

WPŁYW OLEJU LNIANEGO NA NADWAGĘ I OTYŁOŚĆ

Olej z siemienia lnianego poprzez bardzo dużą zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych pomaga przywrócić zmienione proporcje tłuszczu w organizmie. Obecność kwasu linolowego Omega 6 wpływa korzystnie na odtłuszczanie wątroby.

WPŁYW OLEJU LNIANEGO NA UKŁAD NERWOWY

Odpowiedni poziom kwasów tłuszczowych (Omega 3, Omega 6) ułatwia sprawne przekazywanie impulsów nerwowych. Dlatego też olej z siemienia lnianego stosuje się jako skuteczny środek przy występowaniu drętwienia i mrowienia w kończynach. Pomaga również stosowany w przypadku postępujących schorzeń mózgu i układu nerwowego takich jak, choroba Alzheimera, stwardnienie rozsiane czy uszkodzenie nerwów u chorych na cukrzycę.

OLEJ LNIANY DLA KOBIET

Poprzez zawartość wielonienasyconych kwasów Omega 3 i Omega 6 olej lniany może korzystnie wpływać na cykl miesięczkowy, regulując proporcje hormonów w organizmie kobiety. Taka regulacja przyczynia się do złagodzenia wielu objawów, w tym: przedmiesiączkowe bóle głowy, depresje, bóle podbrzusza, drażliwość i obrzęki. Regularne zażywanie przynosi również duże korzyści w okresie menopauzy.

STOSOWANIE OLEJU LNIANEGO W CIĄŻY

Właściwe spożycie NNKT jest szczególnie ważne w czasie ciąży i laktacji. W tym czasie matka musi zaspokoić zapotrzebowanie organizmu niemowlęcia na niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe, ponieważ nie jest ono w stanie samodzielnie ich syntetyzować. Niedobór wielonienasyconych kwasów Omega 6 i Omega 3 powoduje zmiany w składzie błon komórkowych mózgu i siatkówki oka oraz gorszy rozwój fizyczny.

ZDROWIE MĘŻCZYZN

Olej lniany korzystnie działa na organizm mężczyzn. Stosowany jest pomocniczo przy leczeniu bezpłodności i w schorzeniach prostaty.

SUPLEMENTACJA OLEJEM LNIANYM

Najlepiej suplementować olej lniany w postaci standaryzowanych kapsułek i zapakowany w szklane, ciemne opakowanie, gdyż wtedy mamy gwarancję, że żaden składnik nie został utleniony. Minimalna porcja dzienna powinna dostarczać około 1200 mg oleju z siemienia lnianego w tym: 520 mg kwasu alfa-linolenowego Omega 3 i 150 mg kwasu linolowego Omega 6.

Piśmiennictwo:

Udo Erasmus „Fats that Heal Fats that Kill”, Alive Book 1993.

I.M.Johnston, C.N., J.R. Johnston Ph.D.”Flaxeed (Linseed) Oil and the Power of Omega 3”, Keats Publishing 1990.

Światosław Ziemiański, praca zbiorowa ”Normy żywienia człowieka” PZWL 2001.

„Uzdrawiająca moc witamin, minerałów i ziół”, Przegląd Reader’s Digest 2000.