

Уникальные Ягоды Годжи



Алматы, Казахстан

Ягоды годжи считаются одним из наиболее ценных лекарственных растений во всем мире. Их состав включает в себя огромное количество питательных веществ, витаминов, антиоксидантов, кальция, цинка, железа, фосфора и других полезных компонентов. Выращиваются ягоды на просторах плодотворных долин Гималаев.

О целебных свойствах данного растения можно говорить неустанно. Не так давно ученые даже доказали, что в ягодах содержится вещество, помогающее в борьбе с раковыми клетками.

Исследования показали, что люди, регулярно употребляющие ягоды годжи, меньше подвержены риску заболевания раком, диабетом и болезнью Альцгеймера. Кроме того, ягоды оказывают хорошее воздействие на сердечно-сосудистую систему.

Полезные свойства ягод годжи

Эти ягоды часто рекомендуются пациентам с самыми разными проблемами и заболеваниями, так как растение обладает множеством лекарственных свойств широкого спектра воздействия на организм.

Итак, регулярное употребление ягод годжи поспособствует:

- улучшить настроение и побороть депрессию;
- процессу снижения веса;
- у женщин — повышению либо, у мужчин — потенции;
- улучшению процесса обмена веществ;
- предотвращению процесса старения;
- улучшению состояние кожи;
- укреплению сна, лечению бессонницы;
- устранению негативных последствий менопаузы;
- улучшению уровня мелатонина;
- повышению выносливости и восстановлению сил;
- понижению уровня сахара в крови.

Ввиду всех вышеперечисленных свойств ягод, они широко распространены среди множества людей. К примеру, звезды Голливуда часто применяют ягоды годжи в связи с их омолаживающими свойствами, а спортсмены дополняют ими свой рацион для восстановления сил.

Ягоды этого растения также оказывают противоопухолевое действие, которое достигается благодаря тиоцианатам и гликозинолатам, содержащимся в в их составе. Они связывают в печени канцерогены и токсины, что и препятствует опухоли предстательной железы. Это особо актуально для тех, кто живет в плохих экологических условиях.

Однако наибольшее количество положительных отзывов ягоды годжи получают благодаря своей способности воздействовать на массу тела. Чтобы понять, каким же образом они способствуют процессу похудения, и как их употреблять, чтобы достичь хороших результатов, предлагаем рассмотреть эти свойства растения немного подробнее.

Применение ягод годжи для похудения

При регулярном употреблении ягод годжи процесс похудения достигается благодаря целому ряду их свойств. Прежде всего хотелось бы выделить следующие:

- способность улучшать обмен веществ;
- улучшение кровообращения;
- понижение уровня вредного холестерина;
- регуляция уровня сахара в крови.

Кроме того, при регулярном употреблении ягод наблюдается улучшение метаболических процессов, что достигается за счет наличия в составе высушенных плодов большого количества антиоксидантов. Они ускоряют распад жировых клеток и обеспечивают организм запасом сил и энергии, благодаря чему человек становится намного выносливее. Именно в связи с этим рекомендуется сочетать употребление ягод с регулярными физическими нагрузками.

Научные исследования доказали, что диетическое питание, меню которого включает в себя пищу, содержащую большое количество антиоксидантов, наилучшим образом способствует процессу снижения веса. Из всех продуктов питания, обогащенных антиоксидантами, именно ягоды годжи лидируют по их количеству. Для сравнения: в годжи содержится на 25% больше антиоксидантов, чем в чернике, в 2, 5 раза — чем в гранате и в 10 раз больше, чем в клубнике и голубике.

При регулярном употреблении ягод в пищу можно достичь существенного и стабильного похудения. Это значит, что килограммы не будут «уходить» лишь в первые дни, что характерно многим другим средствам снижения веса. Отвес будет наблюдаться до тех пор, пока вы соблюдаете данный курс.

Кроме того, включив ягоды годжи в свой рацион, вы не только добьетесь тонкой талии и стройных бедер, но и насытите свой организм рядом полезных веществ, за счет чего он значительно улучшит свои внутренние функции.

Диетологи рекомендуют добавлять примерно по 20-30 грамм ягод в утреннее и вечернее меню. Такого количества будет вполне достаточно, чтобы стимулировать процесс похудения.

Важно отметить, что употребление ягод не составит для вас никакого дискомфорта, так как они обладают очень приятным кисло-сладким вкусом, а их жевательную текстуру можно сравнить с изюмом. Потому вы можете не сомневаться, что питаться таким продуктом вы будете исключительно с удовольствием!

Высушенные ягоды можно добавлять в самые разные блюда — фруктовые салаты, чай, супы, рис и т.д. Они придадут пикантности всем этим продуктам и лишь улучшат их вкусовые качества!

Если вы решили худеть с помощью ягод годжи, вы можете дополнять ими свой привычный рацион, или же соблюдать определенную диету, в меню которой будут включены эти плоды. Судя по отзывам худеющих, ягоды и так сами по себе прекрасно воздействуют на процесс снижения веса, потому дополнительно мучить себя строгими диетами нет никакой необходимости. А вот немного ограничить свой рацион, исключив из него особо вредные для фигуры продукты, будет вполне уместно. Откажитесь от сладкого, жирного, жареного и мучного. Параллельно применяя ягоды годжи, уже совсем скоро вы заметите хорошие результаты в похудении!

<https://www.youtube.com/watch?v=GK2YLUegC38>
звоните 87715771313! акция скидки 1 кг-6000 тенге!
ОПАСАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК!!!

Цена: **1 250 ₸**

Тип объявления:
Продам, продажа, продаю

Торг: уместен

Даирбаева Снежанна

87715771313

6-46-24