

Chlorella – všeobecné informácie

Účinky Chlorelly sú intenzívne skúmané vedcami po celom svete a tiež sú dobre známe aj zo skúseností ľudí, ktorí ju pravidelne konzumujú. Chlorella vďaka svojmu obsahu výživných látok a účinkom sa často označuje aj ako tzv. superpotravina.

Priaznivé pôsobenie Chlorelly je známa :

- ✓ pri detoxikácii. Podľa výskumov Chlorella dokáže na seba viazať ťažké kovy, insekticídy a ďalšie jedovaté „vedľajšie produkty“ našej doby.
- ✓ pri posilnení imunitného systému. Tým nám môže pomôcť efektívne bojovať proti rôznym baktériám, vírusom a celkove prispieť k lepšej obranyschopnosti.
- ✓ na zdravú črevnú flóru.
- ✓ pri regenerovaní a stimulovaní organizmu a tiež pri obnove tkanív.
- ✓ pri suplementácii (dodaní) vitamínov, minerálnych látok, aminokyselín, vlákniny a ďalších výživných látok v ich prirodzenej forme potrebných pre správne fungovanie nášho tela.
- ✓ pri zoptimalizovaní acidobázickej rovnováhy a tým pomáha predchádzať prekysleniu organizmu.

Holandský vedec M.W. Beijerinck v roku 1890, bol ako prvý schopný „vypestovať“ čistú kultúru riasy Chlorella vulgaris. Práve od neho pochádza aj pomenovanie Chlorella, ktoré je vlastne spojením gréckeho slova Chloros (zelený) a koncovky Ella (malý).

Chlorella má tvar gule s priemerom 2 ~ 10 mikrónov, čo je približne rovnakej veľkosti ako naše červené krvinky. Chlorella obsahuje najväčšie množstvo chlorofylu zo známych rastlín na Zemi, ďalej obsahuje komplex živín s názvom CGF (Chlorella rastový faktor), viac ako 50% bielkovín (neesenciálne a esenciálne aminokyseliny), sacharidy, vitamíny, minerálne látky, nenasýtené mastné kyseliny, vlákniny a nukleové kyseliny (RNA / DNA).

Chlorella ďalej obsahuje viac ako 20 vitamínov a minerálnych látok, vrátane železa, vápnika, draslíka, horčíka, fosforu, pro-vitamínu A, vitamíny C, B1, B2, B5, B6, B12, E a K, biotín, inozitol, kyselinu listovú. Je vhodným zdrojom týchto živín, keďže ich obsahuje v ich prirodzenej forme a sú tak pre naše telo dobre využiteľné.