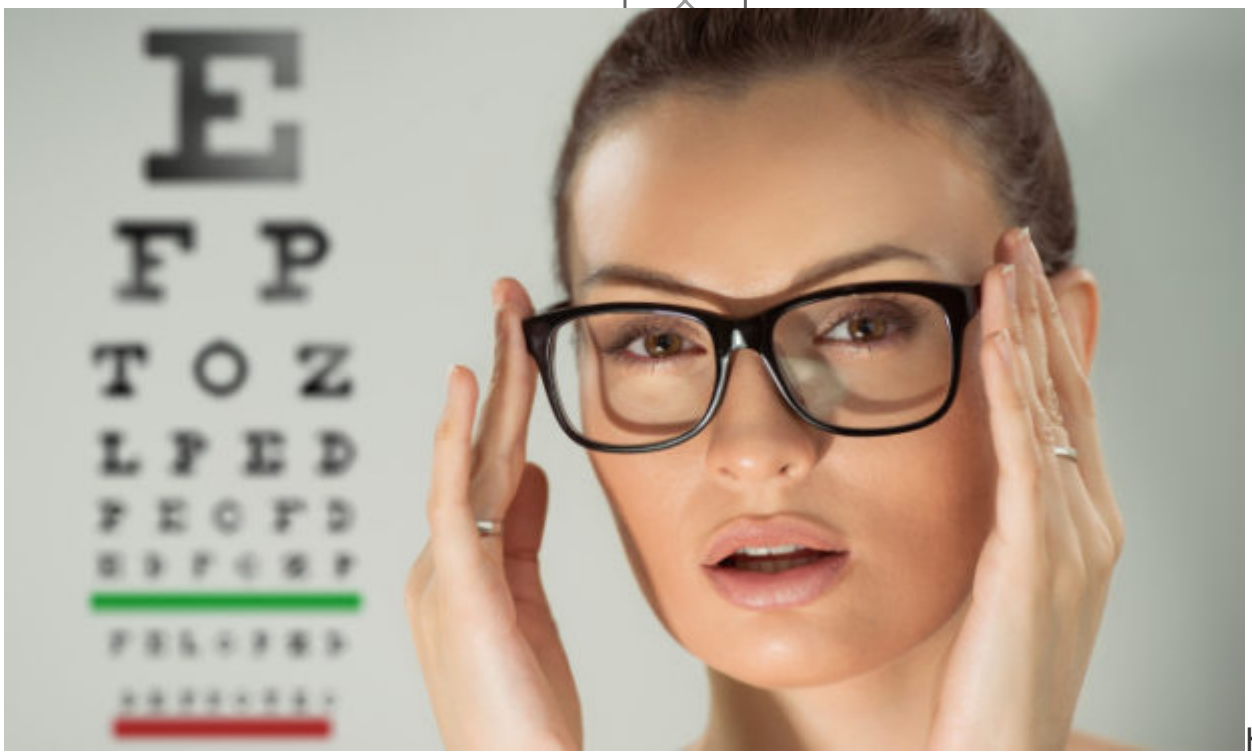
11 Σεπτεμβρίου 2016

Ελληνικό συμπλήρωμα διατροφής βελτιώνει την όραση και εμποδίζει την τύφλωση

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός

Image not found or type unknown



Κάθε χρόνο, χιλιάδες άνθρωποι ξοδεύουν χρήματα για νέα γυαλιά, ή φακούς επαφής, επειδή η όρασή τους χειροτερεύει συν τω χρόνω. Σε γενικές γραμμές, τα γυαλιά και οι φακοί επαφής σας βοηθούν να βλέπετε καθαρά, αλλά δεν βελτιώνουν την όρασή σας.

Ευτυχώς, υπάρχει ένα εντελώς φυσικό και ελληνικό προϊόν, το οποίο συμβάλλει τα μέγιστα στην όραση, τόσο σε επίπεδο βελτίωσης, όσο και σε επίπεδο διατήρησής της για περισσότερα χρόνια.

Το σαφράν είναι ένα από τα πιο ακριβά μπαχαρικά και προέρχεται από το αποξηραμένο στίγμα του λουλουδιού του κρόκου. Μελέτες έχουν δείξει ότι ο κρόκος Κοζάνηςθα μπορούσε να σταματήσει την τύφλωση και να συμβάλλει στην θεραπεία διαφόρων ασθενειών των ματιών. Επίσης, το σαφράν σε μορφή συμπληρώματος βελτιώνει την εκφύλιση της ωχράς κηλίδας που εμφανίζεται συνήθως σε άτομα τρίτης ηλικίας και μπορεί να οδηγήσει σε μερική, ή ολική

τύφλωση. Αυτό το μπαχαρικό κοστίζει μέχρι και $800 ανά κιλό, ανάλογα με την ποιότητά του.

Χρησιμοποιείται με πολλούς τρόπους: ως καρύκευμα τροφίμων, ως χρωστικός παράγοντας, ή για τη θεραπεία περισσοτέρων από 90 ασθενειών.

Το σαφράν περιέχει πάρα πολλά αντιοξειδωτικά καροτενοειδή, κροκίνη και κροκετίνη, οι οποίες έχουν κυτταρικές και νευροπροστατευτικές ιδιότητες. Η κροκίνη έχει τη δυνατότητα να εμποδίσει τη δημιουργία υπεροξειδωμένων λιπιδίων.

Μελέτες έχουν δείξει ότι το συμπλήρωμα σαφράν (περίπου 20 mg ανά ημέρα με λήψη από το στόμα) που λαμβάνεται για περίοδο τριών μηνών μπορεί να βελτιώσει σημαντικά την υγεία των ματιών σας. Επιπλέον, μια έρευνα που διεξήχθη σε ασθενείς που είχαν διαγνωστεί με πρώιμο στάδιο ηλικιακής εκφύλισης της ωχράς κηλίδας και στους οποίους δόθηκε συμπλήρωμα σαφράν, έδειξαν σημαντική βελτίωση στην λειτουργία του αμφιβληστροειδούς και της όρασής τους γενικότερα.

Η λήψη συμπληρωμάτων σαφράν είναι ένας φυσικός τρόπος για να επιβραδύνετε και να αποκαταστήσετε τη βλάβη που προκαλείται στην όραση από την εκφύλιση της ωχράς κηλίδας. Ο κρόκος Κοζάνης έχει τη δυνατότητα να επηρεάσει άμεσα τα γονίδια που είναι υπεύθυνα για τη ρύθμιση των λιπαρών οξέων της κυτταρικής μεμβράνης, η οποία ενισχύει τα κύτταρα της όρασης και τα κάνει πιο ανθεκτικά.

Από Μιχάλης Θερμόπουλος

Πηγές: http://www.news-medical.nethttp://www.telegraph.co.ukhttp://www.justnaturallife.com- iatropedia.gr