

Barley Grass

Pojęcie odżywiania jednoznacznie kojarzy nam się z jedzeniem. Ale odżywianie to nie tylko napełnianie naszych żołądków, to przede wszystkim dostarczanie do każdej komórki substancji niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania. Ich niedobory dają najpierw zaburzenia równowagi organizmu, a po dłuższym czasie choroby. Coraz większą uwagę przywiązujemy do tego co jemy, pijemy, sięgamy po witaminy i minerały. Ale czemu mimo naszych chęci i starań zdarza się tak, że nasze działania nie dają poprawy samopoczucia.

Pod względem uzupełniania niedoborów minerałów i witamin, istotne jest nie to ile ich spożyjemy, lecz ile ich przyswoimy.

W doprowadzaniu naszych organizmów do stanu równowagi pomocny jest **Barley Grass**. Jest to uzyskany w procesie liofilizacji proszek z zielonych pędów jęczmienia. Liofilizacja jest suszeniem w warunkach niskiej temperatury i obniżonego ciśnienia, co umożliwia zachowanie maksymalnej ilości składników w produkcie finalnym. Preparat uzyskany z młodych pędów jęczmienia w stosunku do innych roślin zawiera unikalne, najwyższej wartości substancje odżywcze.

Barley Grass jest bogatym źródłem błonnika pokarmowego, co jest dobre dla zdrowia jelita grubego! Osiemnaście aminokwasów w tym: alanina, arginina, kwas asparaginowy, kwas glutaminowy, glicyna, histydyna, izoleucyna, leucyna, lizyna, metionina, fenyloalanina, prolina, seryna, treonina, tyrozyna i walina.

Barley Grass zawiera beta-karoten, kwas foliowy, kwas pantotenowy, witamina B1, witamina B2, witaminy B6, witaminę B17 (letril) i witaminę C, ponadto zawiera minerały: potas, wapń, magnez, żelazo, miedź, fosfor, mangan i cynk.

Stwierdzono, że oprócz chlorofilu, mnóstwa witamin, minerałów, enzymów, 17 aminokwasów Barley Grass, posiada 30 razy więcej witaminy B1 i 11 razy więcej wapnia (i co ważne w obecności magnezu co zapewnia wysoką przyswajalność) niż mleko, ponad 6 razy więcej karotenu i 5 razy więcej żelaza niż szpinak, prawie siedem razy więcej witaminy C niż pomarańcze oraz bardzo dużo, bo aż 80 mikrogramów witaminy B12 na 100 g produktu, której niedobory dość często zauważa się u osób stosujących dietę wegetariańską.

Dzięki dużej zawartości chlorofilu spożywanie Barley Grass przywraca równowagę kwasowo-zasadową organizmu. Nasza codzienna dieta jest zakwaszająca, zwykle jemy dużo produktów mącznych, mięsa, wędlin, serów, słodczy, pijemy sporo napojów, kawy, herbaty czarnej. A nie dbamy o odpowiednią ilość warzyw, owoców, wody. Zbyt duża kwasowość w organizmie wiąże się z wieloma chorobami i ogólnym złym stanem zdrowia samopoczucia. Barley Grass jest bardzo silnie alkalizujący i pomocny w doprowadzeniu komórek i wszystkich organów do optymalnej pracy.

Stosowany systematycznie daje następujące korzyści zdrowotne:

- usuwa toksyny, przeciwdziała anemii, niedokrwistości
- dostarcza Wit. B17 (letril) ważną w profilaktyce wspomaganiu leczenia chorób nowotworowych

- zapobiega miażdżycy, nadciśnieniu tętniczemu oraz innym chorobom serca i naczyń krwionośnych
- zwalcza skutecznie zespół przewlekłego zmęczenia i niedobory odpornościowe
- ogranicza choroby przemiany materii (w tym otyłość)
- zmniejsza zapalenia stawów (o podłożu degeneracyjnym i autoimmunologicznym)
- reguluje pracę jelit, jest skuteczny w leczeniu m.in. zespołu jelita drażliwego
- wspomaga leczenie chorób płuc (w tym astmy), nerek oraz skóry
- wspomaga zwalczanie stresu i problemów z koncentracją

Reasumując zgromadzone informacje można wnioskować, że preparaty i wyciągi z zielonych roślin (w tym Barley Grass), mogą służyć „jako podstawowe uzupełnienie diety, pozwalają na dowartościowanie układu odpornościowego, przeciwdziałają rozwojowi nowotworów złośliwych" -"Interatlional Nutritional Review", Lipiec 1992 r.

dietetyk mgr inż. Kinga Karalus