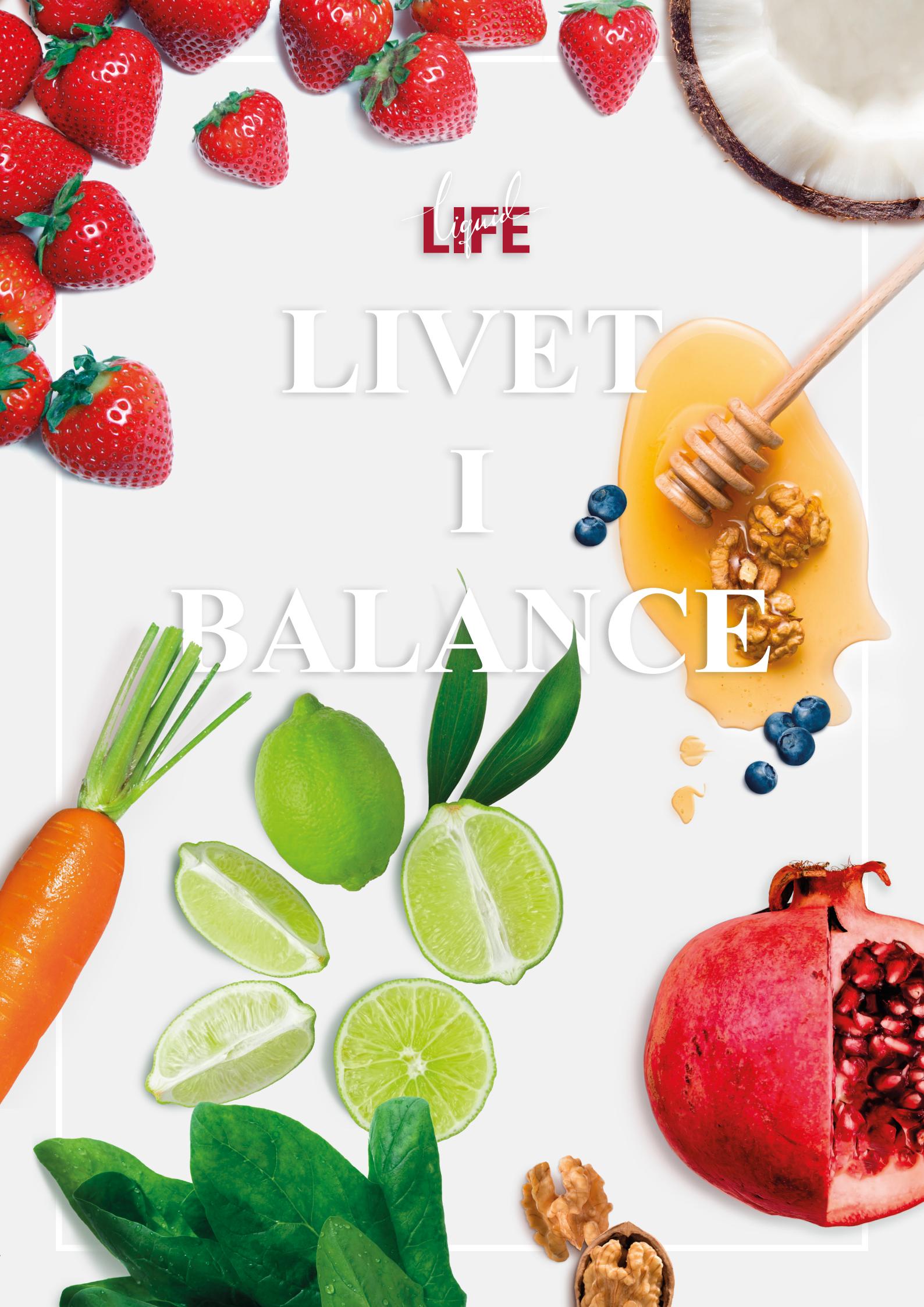


liquid
LIFE

LIVET I BALANCE



Liquid Life

– en forfriskende juice

Liquid Life juiceserien er et helt nyt produkt på det danske samt svenske marked. Konceptet bag juicen er økologi og den sætter samtidigt fokus på skandinavisk design med dets enkle og stilrene udtryk. I denne artikel kan du læse om de sundhedsegenskaber som frugterne har.



Skrevet af Anne Mette Stage Olsen

Liquid Life granatæblejuice er en 100% økologisk granatæblejuice uden tilsat sukker – med et naturligt indhold af frugtsukker. Granatæblerne er plukket fra kontrollerede økologiske marker, og presset umiddelbart efter plukning. Juicen er ikke fra koncentrat, dvs. alle mineraler og vitaminer er bevaret i frugtsaften.

Liquid Life granatæblejuice er den første frugtjuice i Liquid Life produktlinjen, og navnets oprindelse er skabt på baggrund af en filosofisk tankegang om, at granatæblet er kendt som „livets frugt“, og dets saft for „livets saft“.

Selv i gamle kulturer blev granatæbler betragtet som „frugterne af paradis“. Det er ikke kun deres unikke kombination af sprødhed og saftighed, men også deres næringsindhold, der gør dem så fristende og uimodståelige.

„Granatæblet forbedrer kredsløbet, regulerer blodtrykket og holder kolesterolniveauet i balance“

Ydermere betragtes de som en Superfood, pga. deres sundhedsegenskaber. Granatæbler er igennem historien blevet anvendt i mange forskellige medicinske sammenhænge på tværs af kulturer og landegrænser, da de er rige på antioxidanter. Ét af de primære antioxidanter er antioxidantgruppen ved navn polyfenol.

Polyfenol hindrer dannelsen af frie radikaler og kommer dem der allerede eksisterer til livs, og dermed formindskes risikoen for kræftsygdomme, mens andre sundhedsegenskaber er, at granatæblet forbedrer kredsløbet, regulerer blodtrykket og holder kolesterolniveauet i balance.

Den hindrer også alderdomsprocesser og regulerer fordøjelsen.

Når du drikker et glas juice presset af kernerne får du ikke bare en fantastisk og ikke mindst

Naturens
egen
vitaminpille

velsmagende drik, du giver også din hud en udsøgt beskyttelse imod de frie radikaler og en beskyttelse imod oxidativt stress.

Flere superstoffer i granatæblet

Andre superstoffer i granatæblet er C-vitamin, kalium, fosfor, thiamin (B1-vitamin), niacin (B3-vitamin), pantothenesyre (B5-vitamin), katekiner, gallokatetiner, antocyaniner (det farvestof som giver granatæblets dets rødlige farve) samt antioxidanterne punicalagin og ellaginsyre. Granatæblet er altså frugternes diamanter og jordens rigeste kilde til naturligt forekommende antioxidanter. Liquid Life giver dig alle frugtens fordele i én flaske, og de pressede kerner tilfører en frisk, sød og let syrlig smag til juiceen.

Granatæbler er kåret som den sundeste af alle frugtjuice

The Journal of Agriculture and Food Chemistry kårede i 2008 granatæblejuicen som den sundeste af alle frugtjuicer.

Der forskes løbende i granatæblets virkning på visse former for kræft. Foreløbige resultater viser, at granatæblet muligvis kan forhindre tilbagevenden af prostatakræft efter operation. En daglig indtagelse af ca. 250 ml. granatæblejuice har været i stand til at sænke PSA (prostata-specifikt-antigen) som er forhøjet ved prostatakræft.

Et andet forskningsresultat fra Israel antyder, at tilskud af frøolien fra granatæblet, kan bekæmpe brystkræft. Det kan skyldes at granatæblejuice virker giftigt over for østrogen-følsomme brystkræftceller, som er almen forekommende, hvorimod sunde brystceller ikke påvirkes af juiceen.

Antioxidanten ellaginsyre udviser blandet andet en kemobeskyttende virkning i cellemodeller.

Sænker hastighed af kræftcellers deling

Andre undersøgelser har vist, at ekstrakter fra granatæблernes juice, skræl og olie, kan sænke hastigheden af kræftcellers deling og muligvis kan fremskynde deres død. Nogle ekstrakter kan også reducere blodtilførslen til kræftsvulster, hvilket udsulter dem og mindsker deres størrelse. De fleste af disse undersøgelser har været foretaget på celler fra bryst- og prostatakræft. Enkelte også på lungekræft, hvor man

vha. ekstrakt fra granatæblejuice formåede at mindske kræftsvulsterne hos mus. Fælles for de fleste af disse undersøgelser er dog, at de er blevet udført i testrør eller på dyr – og ikke på mennesker. Det findes derfor stadig ingen endegyldige forskningsresultater der med sikkerhed dokumenterer granatæblets virkning på kræftceller hos mennesker. ■

Liquid Life Granatæblejuice – 01



NÆRINGSINDHOLD PR	100 ML
Energi	190KJ/45kcal
Fedt - heraf mættede fedtsyrer	<1g <1g
Kulhydrater - heraf sukkerarter	11,9g 8,4g
Kostfibre	3,5g
Protein	<0,5g
Salt	<0,01g

11 gode grunde til, at drikke garantæblejuice >>

1. ØGER TESTOSTERON-NIVEAUET

Et nyt studie fra Queen Margaret University i Edinburgh offentliggjort i 2012 i Endocrine Abstracts viste at granatæble juice øger spytts testosteronniveau med gennemsnitligt 24 procent og forbedrer humør og velvære hos både raske mænd og kvinder. Lave testeron-niveauer kan påvirke potensen, så et glas granatæblejuice kan måske også styrke lysten.

2. BEKÆMPER BRYSTKRÆFT

Studier i Israel viser, at granatæble juice ødelægger brystkræftceller mens raske celler ikke berøres. Det kan også forhindre brystkræftceller fra at sprede sig. Et nyere amerikansk studie viser at granatæblejuice også forebygger østrogenrelateret brystkræft.

3. FOREBYGGELSE AF LUNGEKRÆFT

Studier i mus fra bl.a. University of Wisconsin i 2007 viser, at granatæblejuice kan hæmme udviklingen af lungekræft.

4. BREMSE PROSTATAKRÆFT

Studier af mus på University of California School of Medicine viste i 2005 at granatæblejuice kan bremse udviklingen af prostatakræft. Et tilsvarende studie på mænd, der havde gennemgået en operation mod prostatakræft, viste sig at tilsvarende positive resultater alene ved at drikke 236 ml. granatæblejuice hver dag.

5. BESKYTTER NYFØDTES HJERNER

Mødre, der drikker granatæblejuice, reducerer tabet af hjernevæv med over 60 procent hos museunger, der var blevet ramt af iltmangel under og efter fødslen. Disse resultater viser, at den gravides indtag af granatæblejuice er neurobeskyttende for barnets hjerne.

6. BESKYTTER MOD ÅREFORKALKNING

To israelske studier fra hhv. 2000 og 2004 viste at granatæblejuice reducerer åreforkalkning med helt op til 44 procent i museforsøg.

7. SÆNKER KOLESTEROLTALLET

En israelsk undersøgelse offentliggjort i American Society for Clinical Nutrition viste i 2000 at granatæblejuice sænker det dårlige kolesterol, LDL, med op til 20 procent i et forsøg med forsøgspersoner, der fik granatæblejuice i op til to uger. Det gode kolesterol steg til gengæld med 20 procent.

8. SÆNKER BLODTRYKKET

En israelsk undersøgelse fra 2001 viste, at så lidt som 50 ml granatæblejuice dagligt sænkede det systoliske blodtryk med helt op til 5 procent.

9. ALZHEIMERS

En undersøgelse offentliggjort i Neurobiology of Disease i 2005 viste, at granatæblejuice kan forebygge og bremse Alzheimers - i hvert fald hos mus. Forskerne arbejder nu på at påvise den samme effekt hos mennesker.

Boost din
hverdag
i dag

10. MODVIRKER GULE TÆNDER

En international forskergruppe har i en test af 60 personer mellem 9 og 25 år konstateret at en alkohol-baseret granatæble-drik reducerede den gule belægning med 84 procent efter at man havde skyldet munden i det. Det normale mundskyllemiddel clorhexidin reducerede kun blegningen med 79 procent.

11. SLIDGIFT

Slidgigt forekommer, når ledbrusk nedslides og der ved opstår smerte og stivhed i leddene. Nogle forskere mener, at bestemte antioxidanter i granatæbler kan hjælpe til at blokere den inflammation, der bidrager til nedslidningen af ledrusken. Antioxidanterne kan med andre ord være en mulig behandling for slidgigt.

ET
VÆLD
AF
SMAGE



Liquid Life blåbærjuice er en 100% økologisk blåbærjuice uden tilsat sukker – med et naturligt indhold af frugtsukker. Blåbæren er plukket fra kontrollerede økologiske marker, og presset umiddelbart efter plukning. Juicen er ikke fra koncentrat, dvs. alle mineraler og vitaminer er bevaret i frugtsaften.

Blåbær har mange helbredende effekter

Liquid Life blåbærjuice er den anden frugtjuice i Liquid Life produktlinjen.

Set fra et sundhedsperspektiv har blåbær mange helbredende egenskaber – de mindsker sukker- og kolesterolniveauet, forbedrer øjnenes funktion og eliminerer diarré. Blåbærfrugterne er rekommenderede ved anti-cancerslankekuren, fordi de indeholder stoffer som folinsyre, ellaginsyre samt andre antioxidanter, der neutraliserer kræftfremhævende stoffer. Ligesom granatæblet, har blåbær også antioxidanter der neutraliserer frie radikaler, og dermed hindrer alderdomsprocessen. Blåbær er også rig på flavonider, som har antioxidant- og betændelseshæmmende egenskaber.

Hjernefunktioner forbedres

Ældre menneskers hjernefunktioner forbedres, hvis de drikker koncentreret blåbærjuice, viser ny forskning fra University of Exeter.

Sunde ældre i alderen 65 til 77 år, som drak koncentreret blåbærjuice på daglig basis, viste forbedringer i deres kognitive hjernefunktioner, blodtilførsel til hjernen og aktivering af hjernen under forskellige typer IQ-tests, konkluderer det nye studie. Studiet ekskluderede dog de ældre, som allerede indtog mere end fem stykker frugt og grønt dagligt. Studiet er publiceret i tidsskriftet Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism.

„I studiet viser vi, at blot 12 ugers dagligt indtag af 30 ml. koncentreret blåbærjuice forbedrer blodtilførslen til hjernen, hjernens aktivering og nogle aspekter af arbejdshukommelsen hos gruppen af sunde ældre“, siger Joanna

Bowtell, som er lektor ved University of Exeter og hovedforfatter på studiet.

Et nyt studie

Det nye studie er baseret på 26 sunde ældre, hvor 12 fik daglig blåbærjuice – svarende til 230 gram blåbær – i en periode på 12 uger, mens de resterende 14 fik placebodrik og altså også troede, de indtog blåbærjuice.

Efterfølgende MRI-skanninger af forsøgspersonernes hjerner og forskellige IQ-tests viste hjernemæssige forskelle mellem dem, som indtog blåbærjuice, og dem som ikke gjorde.

Tidligere forskning har vist, at risikoen for demens reduceres ved højere indtag af frugt og grøntsager, og at kognitive funktioner bevares bedre hos ældre, som har en diæt, der er rig på plantebaserede madvarer.

Blåbærs nyttige egenskab er anvendt og baseret i mere end et dusin af forskellige lægemidler til behandling og forbedring af synet. Men lad os ikke dvæle kun på denne medicinske egenskaber af blåbær og se på det alle de fordele, det kan give den menneskelige krop.

Andre medicinske egenskaber af saft, skræl og olie fra blåbær

Blåbær gør den bedste effekt på fordøjelsen, synsskarphed, mens de forbedrer blodtilførslen til nethinden i øjet, stofskiften, regulerer blodsukkeret og øger surhedsgraden i saften i maven.

Desuden er disse mirakelbær særligt anvendelige i diarré af infektiøs oprindelse. De kan ikke kun anvendes i tilfælde af diarré hos voksne, men også til børn. Samtidig anvendes blåbær som en af de hjælpemidler i antibiotika til beriberi eller dysenteri.

Den væsentligste rigdom som blåbær bidrager med er dens antioxidanter, der forbinder de frie elektroner, imod dannelsen af ondartede tumorer, som påvirker kroppen på celleniveau. Som et resultat, kan blåbær tilskrives listen over forebyggende midler mod cancer.

Lige så væsentlig en egenskab i blåbær er dens astringerende og antibakterielle virkning. Ifølge undersøgelser foretaget med farvestoffet anthocyanin i blåbær, bidrager det til at mindske sammenlægningsevne af røde blodlegemer „in vitro“. Mens farvestoffet carotenoid i blåbær bidrager til en forbedring af det visuelle system samt nattesyn.

Andre forsknings-eksperimenter udført i de seneste år, giver al mulig grund til at tro, at blåbær er rige på antioxidanter, hjælper med at regulere de menneskelige kropsprocesser og dermed bidrager til, at normalisere blodsukker-niveauet. Denne egenskab er væsentligt fordi den er med til at reducere risikoen for hjer-te-karsygdomme og diabetes. Ydermere har blåbær et antikoagulerende effekt hvilket betyder at risikoen for dannelse af blodproppe sæknes.

Til forebyggelse af myokardieinfarkt og trombose anbefales det ikke kun at bruge friske blåbær, men også gelé og frugtdrikke forberedt med blåbær.

Blåbær er en mirakelfrugt

I folkemedicinen anvendes blåbær til behandling af nyresten, intestinal katar og mave (Især for folk med lavt syreindhold).

Ydermere kan det være nyttigt at drikke frisk blåbærjuice i tilfælde af eksem, psoriasis og andre former for hududslæt.

Ved netop eksem, forbrændinger og sår på huden kan man anvende blåbær, ved at gnide bærene ud og sprede dem som et tyk lag på de berørte hudområder. ■

Liquid Life Blåbærjuice – 02



NÆRINGSINDHOLD PR	100 ML
Energi	190KJ/45kcal
Fedt - heraf mættede fedtsyrer	<1g <1g
Kulhydrater - heraf sukkerarter	11,9g 8,4g
Kostfibre	3,5g
Protein	<0,5g
Salt	<0,01g

7 gode grunde til, at drikke blåbærjuice >>



1. STOREHOUSE AF ANTIOXIDANTER

Antioxidanter er noget du kan finde i overflod i blåbær. De har det højeste indhold af antioxidanter blandt alle andre friske frugter. Frugten har antioxidanter som vitamin A, B, C, kobber, selen, zink og jern. Disse fremmer immunitet ved at hæve koncentrationen af hæmoglobin og ilt i blodet.

Antioxidanter kan klare kroppen af frie radikaler, som vil fremme væksten af sundt væv i kroppen.

2. FOREBYGGER URINVEJSINFEKTIONER

Tilstedeværelsen af specifikke bakterier langs de indre vægge kan forårsage en alvorlig infektion. Blåbærs antibiotiske egenskaber hæmmer væksten af bakterier og forebygger infektioner. Antioxidanter kaldet proanthocyanins, et fælles næringsstof fundet i bær, gør det mere vanskeligt for visse typer af bakterier, herunder E. coli, at inficere urinvejene.

3. BREMSER ALDERSRELATERET SYNSTAB

Frugtens ekstrakt er høj i en forbindelse kaldet anthocyanosider, som hjælper med at bremse aldersrelateret synstab. Det kan også forhindre de fleste aldersrelaterede økulære problemer som makuladegeneration og grå stær.

4. EN VELFUNKERENDE HJERNE

Blåbær er en af de få frugter, der kan forbedre hjernens sundhed. Disse frugter indeholder anthocyanin, selen, phosphor, mangan, vitamin A, B-kompleks, C og E, som er til gavn for den en sund hjerne. Blåbær er kendt for at forebygge og helbrede neurotiske lidelser også. De reparerer også beskadigede hjerneceller og forhindre degeneration af neuroner. Frugten hjælper med at holde hukommelse skarp.

5. FOREBYGGER HJERTESYGDOMME

Med det høje fiberindhold og overflod af antioxidanter i blåbær, samt evnen til at op löse kolesterol, gør det til et ideelt stof til forebyggelse af hjertesygdomme. Frugten styrker også hjerte-musklen.

6. OPRETHOLDER EN SUND OG STABIL TARMFLORA

Fiberen i blåbær hjælper med at holde forstoppelse væk, da vitaminer, natrium, kobber og fruktose hjælper til i fordøjelsesprocessen og holder derved din mave i god balance. Blåbær kan være nyttige, når det handler om at forbedre fordøjelsesenzymen i vores tarme, da blåbær er rig på tannin, hvilket kan reducere betændelse i fordøjelseskanalen- og reducerer derved både forstoppelse og diarré.

7. MAKULADEGENERATION

En anden fordel ved blåbærsaft er dens bekämpelse af aldersrelateret nedbrydning af nethinden hvor det skarpe syn dannes. En undersøgelse udført for Archives of Ophthalmology, har fulgt mere end 100.000 menneskers kostvaner over en periode på 18 år, og det tyder på, at hvis man tilføjer portioner af frugt til sin kost, kan man afværge aldersrelateret Maculadegeneration af øjnene.







Liquid
LIFE

liquid-life.dk
Artur Maciej Baracz

mail@liquid-life.dk
+45 22 85 82 52