



eTerra



Katalog proizvoda

# Diabetes

## Kombiacija koja pomaže

*Prirodni eterra preparati Crni kim, Cimet i Kurkuma, Gorka tikva, Papaja, Amla i Mačja kandža plus Moringa preventivno utiču na predijabetes, ali i na zdraviji i kvalitetniji život obolelih od ove bolesti. Kada se koriste udruženo, predstavljaju pravu pomoć obolelima od dijabetesa tipa 2.*



# Moringa - Zeleno zlato

*Prah moringe ubrzava formiranje hemoglobina i mioglobina, pomaže kod dijabetesa, regulacije krvnog pritiska, čišćenja debelog creva i crevnih poremećaja*

## **Moringa – najmoćniji antioksidans na svetu**

Moringa je savršena prirodna super-hrana, koja po sadržaju hranljivih materija prevazilazi sve druge super-biljke, a pogodna je u ishrani dijabetičara tipa 1 i 2. To čudesno drvo snadbjeva organizam raznovrsnim nutrijentima u netoksičnoj formi, lakim za varenje.

Proteini u Prahu moringe sadrže 18 od 20 poznatih amino-kiselina koje su neophodne telu, uključujući i svih osam esencijalnih koje ne možemo da sintetišemo i moramo da uzimamo preko hrane. Zeatin, sastojak ovog praha, vrhunski je antioksidans moćnih svojstava i snažan detoksikator organizma – tri puta jači od aronije i dva puta jači od asai berija. Ova moćna biljka ubrzava formiranje hemoglobina i mioglobina, korisna je kod dijabetesa, regulacije krvnog pritiska, gubitka energije i težine, neuhranjenosti, lupusa, čišćenja debelog creva i crevnih poremećaja, različitih upala i drugih

promena na koži. Pokazala se efikasno i kao pomoćno sredstvo kod najtežih bolesti. Mnogi korisnici potvrđuju njenu delotvornost kod čireva, ulcera, reumatoidnog artritisa, osteoporoze, impotencije, menstrualnih tegoba, groznice, glavobolje...

Prah moringe obezbeđuje neophodnu količinu hranljivih materija za pravilan razvoj deteta i zaštitu od infekcija i gljivica. Deluje efikasno protiv širokog spektra bolesti jetre, kao što su hronični i akutni hepatitis ili ciroza, jer pomaže njenu ubrzanu regeneraciju.

Indijski naučnici su utvrdili da aktivne materije u Moringi uzrokuju njeno antibakterijsko delovanje. Istraživanja su potvrdila da sok lista Moringe može da



bude izuzetno delotvoran protiv bakterije *Pseudomonas aeruginosa*, koja uzrokuje bolesti i kod životinja i kod ljudi. Ova bakterija obično inficira ljude sa oštećenjima izloženih tkiva ili sa oslabljenim imuno sistemom, koji se često manifestuje kroz razne upale.

Prah moringe nas snabdeva raznovrsnim hranljivim materijama u netoksičnoj formi i u kombinacijama koje telo lako može da asimiluje i svari. Nije čudo što mnogi smatraju da je ovo čudesno drvo sposobno da sačuva život, bez obzira na tegobe sa kojima se srećemo.



Pozitivna svojstva:

- jača imunitet,
- podstiče cirkulaciju,
- održava normalan nivo glukoze u krvi,
- poboljšava varenje,
- pojačava mentalne funkcije,
- povećava energiju.

Po sadržaju nutrijenata Prah moringe sadrži:

- 15 x više kalijuma od banane,
- 10 x više vitamina A i 4x više beta karotena od šargarepe,
- 25 x više gvožđa od spanaća,
- 17 x više kalcijuma od mleka,
- 6 x više cinka od badema,
- 5 x više dijetetskih vlakana od povrća,
- 6 x više amino-kiselina od belog luka,
- 50 x više B2 vitamina od sardine,
- 50 x više B3 vitamina od kikirikija,
- 4 x više E vitamina od kukuruznog ulja,
- 1000 x više zeatina od bilo koje druge biljke.
- 25 puta više gvožđa od spanaća,
- 17 puta više kalcijuma od mleka

# Moringa čaj - Zdravi gutljaji

*Moringa zeleni čaj pomaže u prevenciji kancera, artritisa i oboljenja srca i bubrega*

**2.500 puta više amino kiselina nego u običnom zelenom čaju**

Svi koji su pili Morigna zeleni čaj tvrde da su dobili neverovatnu energiju, iako ovaj napitak ne sadrži kofein koji se nalazi u drugim energetske pićima, kafi ili drugim čajevima. Moringa zeleni čaj kontroliše nivo glukoze u krvi i dijabetičarima poboljšava san. Posедуje antioksidantna svojstva koja uništavaju efekte slobodnih radikala. Istraživanja su potvrdila da sadrži 2.500 puta više amino-kiselina od popularnog zelenog čaja. Bogat je katehinskim polifenolima. Poznato je da je Moringa zeleni čaj koristan kod reumatizma, artritisa, visokog nivoa holesterola, kardiovaskularnih oboljenja, infekcija, pada imuniteta. Pojačava oštrinu vida. Ubija bakterije koje stvaraju zubni plak. Uništava bakterije i sprečava trovanje hranom. Kombinacija i sastav Moringa zelenog čaja vrlo su uravnoteženi i jedinstveni. Sadrži izuzetno visok sadržaj minerala kao što su magnezijum, kalcijum i fosfor, dovoljne količine gvožđa, cinka i bakra, hroma i

18 od 20 esencijalnih aminokiselina, esencijalnih blokova za sintezu proteina u telu koji su važni za imuno sistem. Sadrži gotovo sve vitamine poput vitamina A, B1, B2, B3, B6, B7, C, D, E, K, više od 46 antioksidansidnata i nedavno otkriveni zeatin.

Zeatin otvara vrata hranljivim materijama, pušta ih i prati do mesta gde su potrebne ćelijama i na taj način osigurava da se svi vitamini, minerali, elementi u tragovima i aminokiseline apsorbuju u telu.



100 g



# Moringa ulje

*Eksperti tvrde: Najznačajnije kozmetičko ulje*

**1700 antioksidanata za kožu bez bora, bubuljica, mitesera i akni**

Čisto organsko Ulje moringe dobija se presovanjem semena moringe i koristi se za negu kose i kože. Ima visok sadržaj oleinskih kiselina (omega 9), veoma lako prodire u kožu i održava njenu teksturu. Ulje semena moringe sadrži 1700 antioksidanata i eksperti ga smatraju jednim od „najznačajnijih kozmetičkih ulja“. Zbog visoke koncentracije antiseptičkih i antiupalnih svojstava, Ulje moringe pomaže pri uklanjanju finih bora i kao tretman za problematičnu kožu. Ulje moringe sadrži: četiri puta više vitamina A od šargarepe, što pomaže izgradnju kolagenskih vlakana u koži i utiče da se bore manje pojavljuju, više vitamina C nego pomarandža. Vitamin C ili askorbinska kiselina deluje kao antioksidant i doprinosi stabilizaciji kolagena; vitamin E kao antioksidant ima antiupalno dejstvo na kožu. Poboljšava njenu vlažnost, mekoću i glatkoću.

Ovo su samo neki od mnogobrojnih efekata Ulja moringe:

- uklanja bubuljice i sprečava da se ponovo pojave,
- uklanja bore i sprečava opuštanje mišića lica,
- pomaže da se uklone miteseri i mrlje,
- redovno korišćenje smanjuje stvaranje mitesera kod svih tipova kože,
- čisti kožu, uravnotežuje izlučivanje masnoća i otklanja umor,
- pomaže kod psorijaze i ekcema.



# *Moringa sapun - Botoks bez igle*

*Ručno pravljeni Moringa sapun od masline bogat je proteinima, vitaminom A, B i C i mineralima koji pomažu da koža ostane meka*

## *Usporite starenje*

**N**e samo da predivno miriše, već i pomaže ljudima sa osetljivom kožom i onima koji pate od akni, rozacea, ekcema i drugih problema suve kože. Posle upotrebe Moringa sapuna, koža se neće perutati, neće biti crvenila, niti zatezanja. Uz prirodne sastojke masline i moringe, vaša koža biće glatka, vlažna, meka na dodir.

Budući da svojom svežinom ostaje netaknut do samog potrošača, mnogo je veća korist Moringa sapuna od bilo kog uobičajenog.

Moringa sapun je ručno pravljeni, 100% prirodni, bez hemikalija, aditiva i boja.

Osigurava hranljive sastojke koji su neophodni za zdravu kožu.

Sadrži sve esencijalne amino-kiseline i bogat je proteinima, vitaminom A, B i C i mineralima koji pomažu da koža ostane meka

Uz pomoć zeatina i drugih antioksidanta čisti kožu, leči sve kožne bolesti i usporava starenje kože

Svakodnevnim korišćenjem pospešuje se zdrav, mladalački i blistav izgled kože. Pomaže kod usporavanja znakova starenja

Stimuliše regeneraciju ćelija i obnavlja kožu

Poboljšava elastičnost kože i njenu gipkost

Deluje antibakterijski

Pomaže protiv upala i akni.





Moringa losion



Moringa šampon



Moringa Face Wash



# *Ulje divljeg origana*

## *Najjači prirodni antiseptik i antialergen*

*Rival najjačim antibioticima, efikasno ubija preko 30 vrsta mikroorganizama, sjajna prevencija za grip i prehladu, aktivniji od belog luka i ehinacee, 26 puta jače od fenola*

### *Ulje divljeg origana ubija bakterija*

Ulje od origana je moćan prirodni antibiotik, efikasan protiv trideset vrsta bakterija i gljivica. Studije sprovedene na Džordžtaun univerzitetu u Vašingtonu pokazale su da je divlji origano izvrsno antigljivično sredstvo koje u potpunosti ubija kandidu albicans u minimalnim koncentracijama, već od 0,25mg/ml.

Ulje dobijeno iz lišća origana sadrži sastojak karvakrol, koji posедуje neverovatna antibakterijska svojstva. Čak i mala doza Ulja divljeg origana efikasna je protiv stafilokoka i po svojim antibakterijskim svojstvima može da se uporedi sa konvencionalnim antibioticima. Ulje divljeg origana jako deluje na uobičajene patogene bakterije, kao što su stafilokoke, ešerihija koli i listerija. Karvakrol se efikasno bori kako protiv kandidate albicans, tako i protiv salmonele i pseudomonas eruginoze, koja je imuna na antibiotike.

U knjizi Upotreba aromaterapije, Žan-Valne tvrdi da esencijalno Ulje od origana može da zameni lekove koji se koriste za ublažavanje bola i upala i da je moćno skoro kao morfijum.

#### **Efikasno pomaže protiv:**

- prehlade i gripa,
- infekcija – kandidate, ešerihije,
- kožnih poremećaja,
- problema sa disanjem i sinusima,
- poremećaja varenja,
- opekotina, posekotina, rana,
- upale mišića i zglobova.



# Ulje divljeg origana sa moringom

## Sigurna odbrana od bolesti

*Dve moćne biljke, pune vitamina, minerala i amino-kiselina, kada deluju zajedno, vrhunski su antioksidansi jakog dejstva*

### **Origano sa moringom štiti za neprobojni imunitet**

**Z**a jačanje imuniteta, u biljnom carstvu ništa se ne može porediti sa Uljem origana sa moringom. Kada deluju udruženo, origano i moringa mnogo puta su jači od ehineceje i bilo koje druge biljke. Nekoliko kapi ovog ulja dnevno dovoljno je da ojačate imuno sistem, koji je prva i najmoćnija odbrana od bolesti.

Zašto Ulju origana sa moringom nema premca u odbrani imuniteta? Origano je pun vitamina i minerala, a moringa sadrži više od devedeset vitamina i hranjivih materija i osamnaest od dvadeset poznatih amino-kiselina koje su neophodne telu, uključujući i svih osam esencijalnih koje ne možemo da sintetišemo i moramo da ih uzimamo putem hrane. Zeatin, sastojak moringe, vrhunski je antioksidans moćnih svojstava – tri puta je jači od aronije i dva puta jači od asai berija.

Ulje origana sa moringom moćan je prirodni antibiotik, efikasan protiv trideset vrsta bakterija i gljivica.

Studije sprovedene na nekoliko svetskih univerziteta pokazale su da su i divlji origano i moringa izvrsna antigljivična i antibakterijska sredstva koja u potpunosti ubijaju ešerihiju koli i kandidu albicans već od 0,25mg/ml.

Visoke koncentracije timola i karvakrola u origanu i raznovrsnost nutrijenata u netoksičnoj formi, koja je laka za varenje u moringi, pokazali su da mogu da smire uznemireni stomak i potpomognu varenje.

Ulje origana sa moringom je odlično prirodno sredstvo i za upaljene sinuse.



# Ulje crnog kima - Panacea

*Alergiju, astmu, probavne probleme, dijabetes, holesterol, grip i prehladu odagnaćete uz biljku koja sadrži preko 100 različitih aktivnih sastojaka*

## **Dobra prognoza uz ULJE CRNOG KIMA**

Poslednjih decenija vrhunski naučnici iz različitih krajeva sveta bavili su se ispitivanjem ulja crnog kima i otkrili tajnu njegovog širokog dejstva. Kao izuzetan imunomodulator, ulje crnog kima pomaže ne samo kod bolesti koje nastaju kao posledica oslabljenog imuno sistema, već i kod onih kod kojih je uzrok preterana imunološka reakcija. Naročito je delotvorno protiv alergija, astme i drugih respiratornih oboljenja, probavnih problema, dijabetesa, holesterola, gripa i prehlada. Savezna uprava za kontrolu lekova i hrane SAD, 1996. godine odobrila je upotrebu crnog kima za sprečavanje neželjenih efekata kod hemoterapije i jačanje imuniteta u tretmanu kancerogenih bolesti. U američkoj laboratoriji za istraživanje raka „Hilton Head Island“, eksperimenti rađeni na životinjama pokazali su da ulje crnog kima pomaže kod raka i njegove prevencije.

Ulje crnog kima sadrži oko 100 različitih aktivnih sastojaka. Najdelotvorniji su nigelon, koji opušta mišiće i širi bronhije i timokinin, koji pojačava lučenje žuči, ublažava preveliku kiselost, smanjuje holesterol i pomaže kod problema sa probavom. Iz gama linoleinske kiseline telo proizvodi moćnu protivupalnu i protialergijsku supstancu prostaglandin E1 (PGE1), a arahidonska kiselina proizvodi prostaglandin E2 (PGE2) koji opušta bronhije i ima i terapeutsko dejstvo kod alergijske astme. Ovo ulje puno je nezasićenih omega 3 i omega 6 masnih kiselina, koje vraćaju ravnotežu lipidima i sprečavaju upalne procese u krvnim sudovima. Sadrži 24% jednostruko nezasićenih i 58% višestruko nezasićenih masnih kiselina.



250 ml

# Ulje koštica kajsije - Kapi za bolji život

*Ulje koštica kajsije sadrži visok nivo laetrila koji zdravim ćelijama služi kao energetski izvor, dok se u kanceroznim ćelijama laetril raspada i deluje antikancerogeno*

## **B 17 u borbi protiv tumora**

**Većina pacijenata koja prima terapiju laetrilom ima veoma pozitivna iskustva**

Ulje koštica kajsije bogato je vitaminom A, vitaminima B grupe (B1, B2, B6 i tzv. B 17 – glikozid laetril), vitaminom E.

Ovo ulje najpoznatije je po tome što sadrži visoki nivo vitamina B 17 – laetrila. Smatra se da zdravim ćelijama laetril služi kao energetski izvor, dok se u kanceroznim ćelijama pod uticajem enzima koji se nalazi samo u njima, laetril raspada i deluje antikancerogeno, trujući samo ćelije tumora. Taj efekat je dugo bio poznat i klinička ispitivanja su u toku.

Naime, ćelije raka imaju u sebi enzim koji „otključava“ otrov u glikozidu amigdalinu, što uništava ćelije raka. Zdrave ćelije imaju različite enzime koji deluju na amigdalin i na drugačiji način oslobađaju hranljive materije i neutralizujuće agense. Većina pacijenata koja je primila terapiju laetrilom imaju pozitivna iskustva - od boljeg opšteg stanja do tako dobrih efekata, kao što su povećanje apetita, težine, smanjenje ili uklanjanje bola izazvanog kancerom.

## **Ublažava bore i opekotine od sunčanja**

Ulje koštica kajsije smiruje upale, ekceme (uključujući kožne alergije) i dermatitis. Pokazalo se da dobro deluje kao antitustik (protiv kašlja) i kao sastavni deo terapije za astmu.

Jedno je i od najboljih kozmetičkih ulja – ne masti kožu i ne zatvara pore.

Dokazano najbolje ulje za uklanjanje i ublažavanje bora i ožiljaka. Ublažava opekotine od sunčanja, umiruje iritiranu kožu i pomaže ispucaloj koži i koži koja se peruta. Ulje kajsije koristili su i pre pet hiljada godina faraoni u Egiptu.



# Ulje i prah ašvagande

*Podmladite nervne ćelije*

*Najmoćniji prirodni sedativ i antidepresiv*

Ašvaganda, indijski žen-šen, egzotična indijska biljka, našla je svoju višestruku primenu u tradicionalnoj indijskoj medicini. Najvažniji je njen blagotvorni efekat kod nervnih oboljenja, depresije i anksioznosti. Pored njenog zaštitnog efekta na nervni sistem, povoljno utiče kao alternativni tretman u spektru degenerativnih oboljenja kao što su Alchajmerova i Parkinsonova bolest. Ašvagandva je snažni antioksidans koji uništava slobodne radikale. Najnovija istraživanja sugerišu da ašvaganda pomaže i u borbi protiv raka. Hemijske analize pokazale su da je ašvaganda pravi rudnik minerala i biološki vrednih supstanci kao što su: kalcijum, magnezijum, gvožđe, cink, kobalt, bakar, vanadijum, vitalolaktoni, fenolna jedinjenja i tanini, flavonidi, proteini i slobodne amino kiseline, saponini, glikozidi, alakloidi. Naučnici smatraju da neke od ašvagandinih blagodeti dolaze iz njenih antioksidantnih svojstava i mogućnosti da očisti organizam od slobodnih radikala. Dve glavne grupe jedinjenja, steroidni alkaloid i steroidni lakton mogu doprineti njegovoj širokoj primeni zahvaljujući korisnim svojstvima. Najveći deo farmakološke aktivnosti ašvagande može se pripisati

vitanolidima: vitaferinu A i vitanolidu D.

Ekstrakt ove biljke takođe može biti i dodatak hemoterapiji. Jedna od posledica hemoterapije je neutropenija, opadanje broja belih krvnih zrnaca neutrofila, što može lako dovesti do infekcije. Kada su životinje podvrgnute oralnoj primeni ekstrakta ašvagande, parametri njihovog imuno sistema su ostali u granici normale. Ašvaganda je efikasan antistres adaptogen koji ima umirujuće dejstvo na organizam, ali mu daje energiju, za razliku od sedativa koji ga omamljuju.

Zbog tog svojstva, ašvaganda je idealna za oporavak posle bolesti i kod hroničnog umora.





# Ulje brami - Za dobro pamćenje

*Muče vas nesanica, depresija, stres, mentalni zamor, teskoba, napetost i brige? Vreme je za Brahmi ulje*

## **Podmladite mozak**

**B**rahmi je najbolja biljka za podmlađivanje moždanih ćelija i nervnog sistema. Omiljena je među studentima i poslovnim ljudima jer poboljšava pamćenje i koncentraciju, povećava budnost i inteligenciju. Popularna je kao nervni tonik koji skraćuje vreme potrebno za učenje i povećava mentalne sposobnosti. Pošto smanjuje efekte stresa, nervoze i anksioznosti, izuzetno je korisna za osobe koje studiraju ili rade na poslovima gde je važan bistar um, kao i efikasnost u stresnim situacijama.

Brahmi je vrsta puzavice koja je vekovima poznata u tradicionalnoj medicini kao uspešno sredstvo za stimulisanje mozga i podmlađivanje organizma. Bрами povećava snagu uma, poboljšava sve mentalne aspekte, uključujući shvatanje, pamćenje i sećanje.

### **Pozitivni efekti brahmija:**

- brže i efikasnije pamćenje,
- regulisanje proizvodnje antitela u organizmu,
- smanjen broj otkucaja srca,
- utiče na popravljjanje pamćenja nakon amnezije,
- smanjenje simptoma Alchajmerove bolesti,
- poboljšava cirkulaciju u celom telu pa rešava problem „teških“ nogu, edema, proširenih varikoznih vena i insuficijencije vena
- pomaže u poboljšanju artikulacije i ispravlja poremećaje u govoru
- tonik za opšte jačanje organizma i povećanje prirodnog tonusa mišića



# Ulje revitalum - *tonik za mozak*

*Brami i ašvaganda smatraju se riznicom blaga u ajurvedskoj medicini, a kada se koriste zajedno u ulju Revitalum, deluju brzo i efikasno*

***Obnovite nerve, pamтите brže***

**R**evitalum je sastavljen od čistog eteričnog ulja sušenih biljaka bakope (Bacopa monnieri – znane i kao brami) i vitanie (Withania somnifera – ašvaganda). Ove visoke doze bakope i vitanie u Revitalumu mogu pomoći u poboljšanju funkcionisanja nerava i pamćenja, kao i dobrog zdravlja uopšte.

## ***Sinergija drevnih biljnih lekova***

I ašvaganda i brami imaju dugu tradiciju korišćenja u ajurvedskoj medicini i smatraju se „madharasajanama“ – onima koje potpomažu sposobnost učenja, obnavljanje pamćenja. Takođe povećavaju i opštu snagu i vitalnost organizma, kao i otpornost na stres. Podmlađuju celokupni organizam uključujući i mozak.

## ***Bistriji um***

Istraživanja pokazuju da pored toga što uvećava brzinu mentalnih procesa, brami, kao sastojak Revitaluma, takođe poboljšava i percepciju i sposobnost rasuđivanja. Deca koja uzimaju brami pokazuju poboljšano pamćenje, koncentraciju i sposobnost učenja.

## ***Poboljšane performanse***

Stres, zamor i anksioznost mogu imati negativne efekte na mentalne performanse. Revitalum je naročito koristan tamo gde je neophodna koncentracija dok se radi ili studira pod povećanim pritiskom.

Revitalum pomaže mentalne procese i pri tom smiruje nerve, smanjuje stres i pomaže u savladavanju umerene anksioznosti.



# Ulje mačje kandža - Amazonsko čudo

*Svetska zdravstvena organizacija je u čast ove biljke organizovala kongres u Ženevi, na kome je zvanično uvršćena u red medicinskog bilja. Čime je ova skromna lijana zaslužila ovakve počasti?*

## **Mačja kandža stabilizuje hormone**

Mačja kandža je biljka koja je tek 80-ih godina XX veka počela da se koristi u evropskoj medicini, mada je u južnoameričkim zemljama odavno poznata kroz tradicionalnu medicinu. Koristi se kao biljno sredstvo koje se dobija iz kore ili korena amazonske lozaste biljke. Savremena naučna istraživanja identifikovala su više aktivnih sastojaka mačje kandže koji poboljšavaju aktivnost imunog sistema i inhibiraju upale. Neki od najzastupljenijih su procijanidolni oligomeri (PCO) i glikozidi kinovske kiseline, koji imaju višestruko korisno dejstvo (deluju kao antioksidansi, smanjuju upale, inhibiraju transformaciju normalnih u maligne ćelije).

Una de gato pomaže kod različitih bolesti i poremećaja, pre svih kod klimaksa i hormonskih poremećaja, ali i kod artritisa, reumatizma, neuralgije, hronične upale svih vrsta, virusnih bolesti (čak i herpes zoster i papiloma virus).

Takođe, dodatak je i hemioterapiji i radioterapiji kod raznih oblika karcinoma i sarkoma (izuzev leukemije kod koje se ne preporučuje).

Koristi se kod ulkusa, gastritisa, divertikulitisa, kolitisa, raznih fistula i hemoroida, u prevenciji moždanih udara i infarkta, različitih kožnih bolesti, dijabetesa, sindroma hroničnog umora, depresije, menstrualnog poremećaja, različitih upala urogenitalnog trakta, sekundarnih infekcija kod AIDS-a...



30 ml

# Ulje cimeta - Sladak, a delotvoran

*Moderna naučna istraživanja potvrđuju da „začin vredniji od zlata“ pozitivno deluje kod mnogih bolesti*

## Čudesni cimet

Cimet sadrži visok nivo antioksidanata, a njegovo ulje ima snažna antibakterijska i antigljivična svojstva. Veoma je dobar izvor magnezijuma, vlakana, gvožđa i kalcijuma i može da se koristi kao pomoć protiv mnogih bolesti, kao što su: artritis, povišen holesterol, krvni pritisak, dijabetes tip 2, proliv, podizanje energije i poboljšanje kognitivnih funkcija, zubobolja, loš zadah, glavobolja... Posедуje specifičan prijatan, slatkast miris.

Dobro se sjedinjuje sa eteričnim uljima citrusa (posebno sa uljima limuna i pomorandže), geranijuma, lavande i ružmarina.

Primenjuje se stvaranjem pare pomoću aromaterapijskih lampi inhalaciono, u saunama, dodavanjem u vodu za kupanje (pre ukapavanja u vodu za kupanje ulje pomešati sa malo mleka). Može se koristiti i za obloge ili masažna ulja. U slučaju direktnog nanošenja ulja na kožu, zbog svoje jake koncentracije, može izazvati njenu iritaciju!

### Sve blagodeti:

- deluje protiv svih problema sa varenjem,
- zaustavlja krvarenje,
- normalizuje menstruaciju,
- pomaže kod prehlade i zapaljenja grla,
- zaustavlja bolove u udovima, ukočenost mišića,
- deluje protiv kožnih parazita i ujeda insekata,
- služi za poboljšanje raspoloženja: smanjuje zabrinutost, deluje kao afrodisijak,
- deluje protiv celulita: izmešati sa uljem ili ša puterom i naneti na problematična mesta, utrljati u kožu, a zatim uviti tretiranu površinu u foliju ili topao peškir.



# Ulje eukaliptusa - Biljke dalekih predela

*Čuvena biljka, poreklom iz Australije, ublažava bolove, smanjuje otoke i suzbija razvoj bakterija i virusa*

## ***Eukaliptus čisti disajne organe***

Ulje eukaliptusa poseduje protivupalna, antibakterijska, antiseptička i brojna druga svojstva.

Efikasno je kod ublažavanja tegoba sa disajnim organima, uključujući kašalj, začepljenost nosa, upaljeno grlo, astmu, bronhitis i sinusitis. Najčešća primena je u obliku inhalacije.

Antiseptička svojstva eukaliptusovog ulja štite ranu, sprečavaju nastanak infekcija i ubrzavaju njeno zarastanje. Ulje je odlično za žuljeve, opekotine, posekotine, ogrebotine i ubode insekata.

Masaža sa eukaliptusovim uljem može da ublaži bolove u mišićima i zglobovima. Stručnjaci ističu da ono može da pomogne osobama koji pate od reume, lumbaga, problema sa ligamentima i tetivama. Preporučuje se masiranje tela kružnim pokretima kako bi efekat bio još bolji.

Naučnici su dokazali da ulje eukaliptusa može da poveća nivo energije, koncentracije i sposobnost rešavanja problema. Takođe je efikasno kod smanjenja stresa i anksioznosti.

Ulje eukaliptusa može da pomogne kod nastanka karijesa, smanjenja zubnog plaka i rizika od nastanka bolesti desni.

Eukaliptus ima još jednu primenu - od njegovog mirisa beže komarci pa je idealan u letnjim danima kao zaštita od ovih napasti.





# Ulje karanfilića - Stimulacija za psihi

*Ulje karanfilića uklanja mentalnu iscrpljenost i stres, podstiče dubok i miran san*

***Za jaku cirkulaciju i dobru koncentraciju***

Eterično ulje karanfilića je prijatno, začinjeno i aromatično eterično ulje. Ubrzava rad mozga, povećava koncentraciju, a služi i kao afrodizijak. Dobro se spaja sa eteričnim uljima lavande, pomorandže, bergamota, vanile, ilang-ilanga, ali i sa cvetnim eteričnim uljima.

Uglavnom se koristi kao osveživač vazduha u prostorijama, stvaranjem pare. Pošto ima jako dejstvo, može da iritira kožu i sluzokožu. Osobine ovog ulja čine da je vrlo delotvoran za olakšavanje stomatoloških problema: zubobolje, bolnih desni i ulcera usta. Sadrži veliki deo eugenola, koji se koristi u stomatologiji već dugi niz godina. Tečnost za grgljanje s razređenim uljem karanfilića pomaže u ublažavanju bola u grlu.

Ulje karanfilića je prirodni afrodizijak, stimulativno deluje na psihi i uklanja mentalnu iscrpljenost i stres. Podstiče dubok i miran san. Pomaže kod psihičkih problema, kao što su gubitak pamćenja, depresija i anksioznost. Uz pročišćavanje krvi, ulje karanfilića pomaže u kontroli nivoa šećera i zato je korisno za dijabetičare. Pospešuje cirkulaciju i olakšava rad disajnih organa.

Podstiče samouverenost, osvežava, daje živost, jača nervni sistem.

Čisto eterično ulje nikada se ne nanosi na kožu direktno, jer zbog svoje jačine izaziva iritaciju.



# Ulje kurkume - Cela apoteka u jednoj biljci

*Čuvena indijska biljka sprečava pojavu karcinoma i metastaza, čisti jetru i čuva mozak*

## **Kurkuma – čarobno ulje u borbi protiv raka**

„Nije zlato sve što sija“, popularna je izreka. Ipak, sa svojom sjajno - zlatnom bojom, kurkuma (turmerik) u svetu ajurvede poznata je po izreci „Sve što sija je turmerik“.

Eterično ulje kurkume pokazalo se kao vrlo efikasno kod problematičnih oboljenja, kao što su kancer, HIV/AIDS, Alchajmerova bolest, infekcije urinarnog trakta, amenoreja, hemoroidi, kamen u žuči, bolesti koje se prenose polnim putem, kao što je genitalni herpes, hepatitis C i problemi sa jetrom. U ajurvedi kurkuma je poznata kao „sveopšti čistač“, jer poseduje moć da čisti telo od unutrašnjih i spoljnih poremećaja. Ova energetska biljka naročito prija gojaznim ljudima, jer ima svojstvo da greje. To je razlog zašto se kurkuma koristi kao efikasna pomoć u brojnim prirodnim tretmanima za gubljenje težine.

Lekovitost ove biljke pripisuje se kurkuminu, njegovoj najefikasnijoj komponenti. I nauka je u mnogim istraživanjima potvrdila efikasnost kurkume u prevenciji raznih vrsta karcinoma. Dokazano sprečava širenje kancera dojke na pluća, pojavu melanoma i metastaza kod različitih vrsta kancera. Pojačava delovanje hemoterapijskog leka taxol i smanjuje nuspojave.

Prirodni je detoksikator jetre, Prema preliminarnim eksperimentalnim istraživanjima Medicinskog Univerziteta Grac u Austriji, kurkumin odlaže oštećenje jetre koje može dovesti do ciroze.

U kineskoj medicini koristi se od davnina kao tretman za depresiju. Zbog svojih antiupalnih svojstava, prirodan je tretman za artritis i reumatoidni artritis. Ubrzava zacelivanje rana i pomaže obnavljanje oštećene kože. Pomaže u tretmanu psorijaze i drugih upalnih stanja kože.



30 ml

# Ulje limuna - Jak antiseptik

*Za 15 minuta ubija Meningococcus bakterije, za dva sata Staphylococcus aureus, a Pneumococcus bakteriju za tri sata*

## **Limun krepi duh**

**N**a osnovu rezultata jednog francuskog istraživanja, u kubnom metru šumskog vazduha nalazi se po pet uzročnika bolesti, u stanu u Parizu dvadeset hiljada, u velikom tržnom centru devet miliona, a u vazduhu na radnom mestu prosečno se nalazi pet miliona uzročnika bolesti.

Etarsko ulje limuna može da nas zaštititi jer se tradicionalno koristi kao antiseptik. Ovo njegovo dejstvo, po doktoru Valnetu, takve je jačine da vaporizacija u trajanju od 15 minuta ubija Meningococcus bakterije, za dva sata Staphylococcus aureus, a Pneumococcus bakteriju za tri sata. Smatra se da ovo etarsko ulje sadrži komponente koje imaju pozitivan uticaj na imuno sistem.

Limun umiruje, osvežava, okrepljuje duh, čini nas veselijim. Sprečava putnu mučninu i nesvesticu.

Zašto je dobro koristiti eterično ulje limuna :

snižava visok krvni pritisak, jača zidove krvnih sudova, deluje antibakterijski, deluje antivirozno, snižava povišenu telesnu temperature, jača imunitet, podstiče znojenje, razblažuje kataralni sekret (protiv bronhitisa, kašlja, gušobolje, prehlade, gripa, zapaljenja sinusa, grudnih infekcija), efikasno deluje na simptome herpesa, svraba i osjećaja zategnute kože (4 kapi limuna, 3 kapi čajnog drveta, 2 kapi geranijuma u supenoj kašiki bademovog ulja, više puta dnevno), ima dezinfekciono dejstvo, pomaže kod ekcema i kožnih problema, stimuliše rad limfnih žlezda.



30 ml

# Ulje pšeničnih klica Dragoceni vitamin E

*Ulje pšenčnih klica poboljšava cirkulaciju, sprečava infarkt srca, olakšava varenje...*

***Istopite holesterol, sprečite aterosklerozu***

Iz klica koje se nalaze u zrnu pšenice dobija se vrlo vredno i hranjivo biljno ulje bogato nezasićenim masnim kiselinama (do 60%). Kao i kod ostalih biljnih ulja, treba imati na umu da je samo nerafinisano i hladno ceđeno. Ulje pšeničnih klica, ono koje zadržava sve vredne sastojke – takvo se ulje može koristiti kao dodatak ishrani i u kozmetičke svrhe.

Ulje pšeničnih klica jedan je od najboljih preparata za probleme cirkulacije, jer, pored ostalih korisnih sastojaka, sadrži i velike količine vitamina E i lecitina.

Deluje preventivno protiv aterosklerotičnih promena, smanjuje holesterol u krvi, delotvorno sprečava stvaranje masne jetre, vrlo je hranljivo i zdravo zbog nezasićenih masnih kiselina i vitamina E. Poboljšava cirkulaciju i deluje preventivno kod izliva krvi u mozak i infarkta srca.

Poboljšava opšti rad srca. Istovremeno, poboljšava rad ćelija srca, jetre, bubrega i povećava izdržljivost mišića.

Dobar je antioksidant, regeneriše nervni sistem i ćelije. Smanjuje oticanje nogu, ublažava proširene vene. Pomaže u normalizaciji nivoa šećera u krvi. Dobar je za sportiste jer uništava mlečnu kiselinu i sprečava upale mišića.

Kao bogat izvor vlakana, Ulje pšeničnih klica može da olakša varenje i da zaštiti od raka debelog creva i rektuma.

## **Eliksir mladosti**

Ulje pšeničnih klica u nezi kože stimuliše razmenu tečnosti, štiti ćelije kože od oštećenja, dokazano smanjuje nastanak bora i dubinski hrani i regeneriše kožu. dok suva, tanka, osetljiva i ispucala koža posebno ceni ovo ulje.



# Ulje ruzmarina - U službi zdravlja

*Stimuliše rad limfnog sistema, ubrzava cirkulaciju, deluje kod niskog krvnog pritiska*

## **Opustite nerve i mišiće**

**R**uzmarin je jedna od prvih lekovitih biljaka koju su ljudi koristili za zdravlje, ali i protiv uroka, kuge, kao i za konzerviranje mesa. Danas je u širokoj upotrebi kao začinska i lekovita biljka.

Poseduje svež, snažno drven, melemski nežan miris sa malo začinjene mente. Dobro se sjedinjuje sa eteričnim uljima bergamota, đumbira, limuna, pomorandže i mente.

Ulje ruzmarina deluje protiv prehlade, gripa i ostalih infekcija disajnih puteva. Opušta mišiće, reaguje na bolove u mišićima i nervima, a delotvorno je i protiv kašlja, naročito kod hroničnih zapaljenja, protiv reumatskih tegoba i kod sportskih povreda. Stimuliše rad limfnog sistema, ubrzava cirkulaciju, reguliše niski krvni pritisak. Nekoliko kapi eteričnog ulja ruzmarina pomešanog sa morskom solju, predstavlja pravi način za jutarnje buđenje i osvežavanje. Ali se zato ne preporučuje uveče, jer "razbija" san.

Ulje ruzmarina sprečava rast kožnih tumora i obezbeđuje prirodnu zaštitu od oštećenja. Naučnici u

Los Angelesu i Japanu otkrili su da ruzmarin sadrži i sastojke koji se bore protiv slobodnih radikala koji oštećuju mozak. Odnosno, štite mozak od neurodegenerativnih promena koje vode u Alchajmerovu bolest i moždani udar.

Kod nesvestice koristi se kao inhalaciono sredstvo. Služi za jačanje i stimulaciju nervnog sistema, naročito u klimaksu. Pomaže protiv depresije i glavobolje.

Vrlo je efikasno protiv opadanja kose i pojave peruti – za ispiranje kose primenjuje se voda sa nekoliko kapi ulja.





# Ulje četiri lopova

*Očistite organizam, podignite imunitet i ojačajte vitalnost*

*Recept za neobično i moćno ulje oslanja se na priču iz 18. veka, ali je nauka potvrdila njegovu efikasnost*

## **Ulje 4 lopova – smrt za sve štetne mikroorganizme**

Vrlo je efikasno kod prehlade, gripa, bronhitisa, upale pluća, upale grla

**B**rojni eksperimenti dokazali su da je formula Ulja četiri lopova izrazito antibakterijska, antivirusna i antiseptička i da stimulira imunitet, kardiovaskularni i respiratorni sistem. Jača odbrambeni mehanizam protiv virusa i mikroorganizama svih vrsta, prirodnih ili razvijenih u laboratoriji. Ova mešavina terapijskih esencijalnih ulja ispitivana je na Državnom univerzitetu „Veber“ da bi se utvrdila jačina njihovih antimikrobnih svojstava. Utvrđeno je da Ulje četiri lopova uništava 99,96% mikroorganizama koji se šire vazduhom. Pomaže da se telo zaštiti od bolesti kao što su grip, prehlada, upala sinusa, bronhitis, upala pluća, upala grla, i drugo. Ulje četiri lopova može vas zaštititi skoro u svakoj situaciji.



Recept Ulja četiri lopova oslanja se na priču iz 18. veka, koju je ranih 90-ih godina 20. veka istraživao Geri Jang.

„Lopovi“ su zapravo bili prodavci i trgovci začina. Iz Indije su uvozili začine, uključujući cimet i karanfilić. Kad je izbila crna kuga, celokupna međunarodna trgovina i transport u potpunosti su prekinuti. Nesposobni da obavljaju legalne poslove, ovi trgovci su brzo ostali bez novca i morali su da nađu način da prežive.

Odlučili su da pljačkaju kuće i tela žrtava kuge. Uzimali su odeću, nakit, grnčariju i buriće, i nakon toga menjali su ih ili pro-



davali za hranu i novac. Znali su da se neće razboleti ako po celom telu utrljavaju ulja napravljena od začina. Plan je uspeo i omogućio im da razviju unosan posao preprodavaca. Sve je bilo dobro dok kralj nije saznao i... pozeleo da sazna njihovu tajnu: kako do-diruju mrtva tela, a ne razboljevaju se! Na koji način se štite od užasne bolesti? Kada su lopovi uhvaćeni, kralj im je ponu-dio izbor: da mu otkriju svoju tajnu formulu ili će biti spaljeni na lo-mači. Lopovi su odlučili da otkriju svoju tajnu formulu. Kralj je odmah prosledio po celom gradu recept ova četiri lopova.



### **Originalni recept sastojao se od:**

80 kapi ulja karanfilića, 70 kapi ulja limuna, 40 kapi ulja kore cimeta, 30 kapi ulja eukaliptusa, 20 kapi ulja ruzmarina, 10 kapi ulja čajevca, lavande, kedra, ili bilo kog drugog antibakterijskog ulja.

Donosimo vam samo nekoliko od mnogobrojnih načina kako da koris-tite Ulje četiriri lopova.

1. Pomešajte sa supenom kašikom vode, grgoljite i progutajte protiv upale grla.
2. Stavite u bazno ulje i poprskajte direktno po koži gornjeg dela grudi i vrata protiv bronhitisa.



3. Stavite kap na palac i pritisnite ga na nepce za glavobolju.
4. Utrljajte ga u desni kako biste sprečili oboljenja desni.
5. Uzimajte ga oralno (ne-koliko kapi sa malo vode promućkajte u ustima) da

- biste održali zdrave zube i smanjili pojavu karijesa.
6. Nanesite na desni i zube da biste uklonili bol usled zubobolje.
  7. Nanesite na zglobove kako biste olakšali bol i pospešili brže zaceljivanje.
  8. Stavite ga na groznice (herpes simpleks) i afte kako biste pomogli proces izlječenja.
  9. Namažite kožu, inhalirajte se i uzimajte oralno kako biste pomogli da nestanu bradavice,.
  10. Utrljajte u bolne zglobove kako biste pomogli da se umanjí bol usled artritisa.
  11. Stavite kap na jezik i kap u čašu vode svakoga dana protiv herpesa.
  12. Pomešajte u razmeri 50:50 sa biljnim uljem i utrljavajte svakodnevno da biste se oslobodili crvenog osipa u struku (herpes zoster).
  13. Inhalirajte se i oslobodite od alergijskih simptoma.
  14. Utrljajte nerazređeno Ulje na prste na nogama i stopala da biste suzbili gljivice.



### ***Za čišćenje i dezinfekciju kuće i radnih mesta***

Ulje četiri lopova vrlo je efikasno sredstvo za čišćenje i dezinfekciju po kući. Njim možete očistiti kupatilo, klupe u školi, stolove u kancelariji. Jedna kap eteričnog lo povskog ulja, na svakih 30 ml vode, odlično je za pročišćavanje vazduha i uklanjanje neželjenih mirisa.

# Ulje četiri lopova sa moringom

## Spremno za upotrebu

*Ulje 4 lopova sa moringom uništava zarazne klice*

**U**lje Četiri lopova sa Uljem moringe moćni je antibakterik i antiseptik.

Po svom dejstvu, slično je Ulju divljeg origana. U slučaju upornih infekcija ili oboljenja može se koristiti zajedno sa Uljem divljeg origana u odnosu 5:1. Ima veoma prijatan ukus. Moćno je i višenamensko ulje – zaista obavlja više poslova u isto vreme! Idealno je i treba da imati uvek, a naročito na putovanju. Mogu ga koristiti svi članovi porodice, uključujući i bebe i decu.

### **Spremno za upotrebu – sadrži 2/3 Ulja moringe.**

Ulje moringe bogato je fitonutrijentima. Smatra se najboljim kozmetičkim uljem – isceljuje, neguje, hidrira kosu, nokte i kožu. Ulje je efikasna potpora u tretmanu raznih oboljenja i stanja, kao što su: manjak energije, nesanica, histerija, problemi sa vidom, gojaznost, tuberkuloza, žutica, kolitis, grčevi, glavobolja, zatvor, stomadni problemi, artritis, reumatizam, giht, psorijaza i ekcem, gnojni čirevi, bubuljice, miteseri, impotencija, oligospermija i bolesti koje se prenose seksualnim putem, problemi sa prostatom i mokraćnim mehurom, poremećaji jetre. Poboljšava funkcionisanje mozga. Moćno je detoks i antiejdžing ulje. Pomaže kod infekcija stafilokokama, pseudomonasom, ešerijom koli...



# Himalajske kapi

## Apoteka u jednoj bočici

*Ulje moringe, nima, čajevca, kurkume, origana, lavande, ruzmarina i eukaliptusa čine jedinstveni preparat koji čisti telo i brani ga od svake bolesti*

### **HIMALAJSKE KAPI – za novi život**

One su moćan antioksidans koji pomaže u prevenciji i tretmanu kardiovaskularnih problema, dijabetesa, Alchajmera, glavobolja, tegoba sa varenjem, kožnih bolesti

Imate probleme sa kožom, kosom ili noktima? Muče vas psorijaza, ekcem, groznica, upala, infekcije, bubuljice, miteseri, osipi, lišajevi, ubodi, ujedi, ugrizi, opekotine, poderotine, posekotine, rane, suva koža, ispucale pete ili možda perut? Himalajske kapi, jedinstvena mešavina ulja, su potpuni spas. Ove kapi, bogate fitonutrijentima, zahvaljujući svom sastavu duboko prodiru u kožu koju hrane i isceljuju je iznutra. Ubrzavaju proces njenog obnavljanja i na taj način je podmlađuju.

Kod problema sa kožom Himalajske kapi treba koristiti svakodnevno, kako topikalno, tako i oralno. Ali, nije dovoljno tretirati samo površinu kože. Važno je postarati se i za probleme koji se nalaze u organizmu, jer je koža samo ogledalo zdravlja našeg celokupnog tela. Ove kapi blagotvorne su i za skoro sve druge

poremećaje u organizmu – njihovom svakodnevnom upotrebom dolazi do poboljšanja u vašem organizmu.

Ovo jedinstveno Ulje zahvaljujući svom sastavu deluje na svim potrebnim nivoima. Tegobe sa varenjem, neredovnom stolicom, prehladom ili gripom, upalama i infekcijama urinarno-genitalnog trakta, glavoboljama, upalama desni, grla ili uveta podjednako efikasno možete regulisati sa samo nekoliko Himalijskih kapi. One su moćan an-



50 ml





tioksidans koji može da pomogne i u prevenciji i tretmanu nekih vrsta kancera i tumora. Kao moćan detoks i čistač celog organizma, pomažu kod brojnih problema sa kardiovaskularnim sistemom. Efikasne su i kod reumatičnih bolova. Odstranjuju toksine, revitalizuju jetru i blagotvorno utiču na bubrege. Pomažu kod snižavanja nivoa šećera u krvi. Poboljšavaju funkcionisanje limfnog sistema i uspostavljaju hormonalni balans u organizmu. Podižu raspoloženje, smiruju i hrane mozak, poboljšavaju pamćenje, smanjuju nesanicu, pomažu kod Alchajmera, uklanjaju glavobolju.

Ovo ulje je dovoljno snažno, a u isto vreme dovoljno blago da ga možete direktno piti ili naneti na kožu (osim za genitalne organe – potrebno ga je dodatno razrediti). Preporučujemo da ga svakodnevno koristite zajedno sa Prahom moringe koja je puna skoro svim nutrijentima potrebnim organizmu. Nakon nekoliko meseci uzimanja Praha moringe i Himalajskih kapi osetićete promene na svojoj koži i celokupnom organizmu – naravno mnoga poboljšanja će nastati i znatno ranije. Ipak, za dublje promene prilikom korišćenja prirodnih proizvoda potrebno je najmanje tri do šest meseci redovnog uzimanja.

### ***Osam moćnih sastojaka***

*Od čega su napravljene ovako moćne Himalajske kapi?*

Pre svega, od Ulja moringe, moćnog čistača organizma, koje je zastupljeno oko 45 procenata. Jedna semenka moringe (100 miligrama) može u potpunosti da prečisti litar rečne vode tako da u roku od dva sata dobijate pijaću vodu, fizički, hemijski i biološki čistu.

Druga dva sastojka Himalajskih kapi su čajevac i nim, dva čudesna ulja iz Australije i Azije. Oba imaju veoma slična svojstva. Poznata su po svojoj primeni kod skoro svih problema sa kožom, kosom i noktima

koje isceljuju i u isto vreme neguju.

Ulje kurkume, takođe sastojak ovih kapi, poznato je i kao „zlatna boginja“. Ajurveda ovo ulje naziva svopštim čistačem insistirajući na efektima biljke u prečišća-



vanju tela od unutrašnjih i spoljašnjih poremećaja.

Origano, peti sastojak, veoma je poznat kao jedan od najmoćnijih prirodnih antibiotika i antiseptika. Ulje lavande jedno je od najpoznatijih ulja u tretmanu oboljenja kože. Koristi se protiv suvog i bronhijalnog kašlja, grčeva i problema vezanih za žuč. Poboljšava varenje i izlučivanje viška tečnosti.

Ulje eukaliptusa, osmi sastojak, koristi se kod teniskog lakta, sinusitisa, rinitisa, respiratornih virusa, upala pluća, osipa kože, bolova, neuritisa, neuralgija, boginja, vaši, kamena u bubregu, džet lega, upala, dijabetesa, prehlade, temperature, emfizema, upala ušiju, dizenterije, kašlja, kongestija, bronhitisa.



### ***Efikasno, a jeftino sredstvo za negu kože***

Za svakodnevnu negu kože Himalajske kapi možete dodati u svoju omiljenu kremu ili mleko za telo (jedan do pet posto kapi). Još bolje dodajte ih u Ulje moringe, Ulje koštica kajsije ili Ulje semena divlje šargarepe i dobićete još bolje, efikasnije i mnogo jeftinije sredstvo za svakodnevnu negu kože od skupih i često neefikasnih kozmetičkih krema (muškarci ga mogu koristiti i kao losion posle brijanja). Možete ga dodati u šampon za kosu, tečni sapun, sredstvo za pranje sudova. Dovoljno je moćno da će vam pomoći u skoro svakoj prilici, a dovoljno blago i blagotvorno da ga možete svakodnevno i skoro uvek koristiti nerazređeno.

# Noni - Moćan izvor vitamina i minerala

*Potrebno je 18 kg voća da bi se dobio jedan kilogram Praha nonija napravljenog od čiste pulpe, bez semena*

## **Zdrav rast T ćelija**

**P**rah nonija sadrži iste esencijalne elemente kao i sok – jedina razlika je što se sok nonija momentalno apsorbira, a prah postepeno oslobađa sastojke tokom svog prolaska kroz digestivni sistem.

Potrebno je 18 kg voća da bi se dobio jedan kilogram Praha nonija, jer se u njemu nalazi čista pulpa voća, bez semena. Prah se pravi od voćke koja je ubrana na vrhuncu svog nutritivnog ciklusa. Obraduje se na niskoj temperaturi kako bi zdravstvena vrednost voća ostala u celosti nepromenjena.

Prah nonija moćan je izvor vitamina, minerala, antioksidanasa i polisaharida koji pomažu zdrav rast ćelijskog tkiva i jačaju imuno sistem. Sadrži polisaharide i 17 od 20 poznatih amino-kiselina, a od kojih je devet esencijalnih.

Prah nonija stvara prikladnu sredinu za zdrav rast T ćelija koje su od posebne važnosti za imuno sistem. Isto tako, deluje i kao antiseptik. Prah nonija efikasno se koristi da ublaži bol u mišićima, smanji hronične bolove i simptome artritisa. Pokazalo se da hemijska supstanca skopoletin, koja se nalazi u Prahu nonija, poseduje antiupalna svojstva. Kseronin, još jedno izuzetno važno jedinjenje, pomaže podmlađivanje i normalan rast ćelija. Terpini pomažu u detoksikaciji celokupnog tela, a mineral selen doprinosi dobrom zdravlju kože i njenoj elastičnosti. Lekari preporučuju Prah nonija zbog njegove sposobnosti očuvanja kardiovaskularnog sistema. Preporučena dnevna doza je jedna do dve kafene kašičice.



# **Papaja prah**

## **Hit proizvod konačno i kod nas**

*Prah lista papaje bogat je enzimom papainom, koji pomaže oslabljenom pankreasu da vari proteine da ne postanu toksični u crevima*

### **Enzimi koji spasavaju život**

*Prah lista papaje nalazi na listi zvanične, komplementarne i alternativne terapije protiv kancera čak u 14 zemalja sveta*

**K**ako starimo, u stomaku i pankreasu stvaramo sve manje digestivnih enzima, što dovodi do neefikasnog varenja proteina i preteranog rasta loših bakterija u našem gastrointestinalnom traktu. U zaustavljanju ovog procesa enzimi papaje od ogromne su važnosti.

Prah lista papaje bogat je enzimom papainom i kimopapainom, koji pomažu varenje razlažući proteine iz hrane u amino-kiseline. Uzimanje papaje nakon jela poboljšava varenje, sprečava nadimanje i hronične probavne smetnje (dispepsiju).



Nakon tretmana antibioticima, Prah lista papaje nadomešćuje „dobre“ crevne bakterije koje su uništene lekovima. Enzim papain uništava i crevne parazite, s obzirom da je proteolitski enzim, što znači da vari inertne (nežive) proteine. Naime, pankreas vari proteine prilično dobro sve do dvadeset i pete godine. Posle toga, procesi u organizmu usporavaju se. Glavni razlog je što mi jedemo „mrtvu“ hranu (koja prisiljava naš pankreas da preterano radi) i ne uzimamo dovoljno sirovog voća i povrća, tako da nam je telo, već posle dvadesete godine puno toksina. Preopterećeni digestivni trakt „nadmeće“

se sa enzimima. Metabolička dislokacija, koja nastaje kao posledica borbe za enzimima, direktni je uzrok kancera, koronarnih oboljenja, dijabetesa i mnogih drugih hroničnih bolesti. To stanje, usled pomanjkanja enzima, postoji kod većine ljudi u čijoj ishrani nema dovoljno voća i povrća.

Papain pomaže da prevladamo manjak enzima, a naročito je dobar u kombinaciji sa ostalim sastojcima lista papaje. To je razlog zašto Prah lista papaje pomaže da telo ponovo počne da funkcioniše kao telo zdrave mlade osobe.

Papain može da obavlja funkciju pankreatskih enzima i tako pomaže oslabljenom pankreasu da vari proteine koji na taj način ne postaju toksični u crevima. Prema jednoj studiji „papain vari većinu proteinskih supstrata sveobuhvatnije od pankreatskih proteaza.“



Digestivni poremećaji nisu jedina stanja koja papain ublažava. On smanjuje postoperativno oticanje, ubrza zarastanje rana i smanjuje bol i upale nastale usled reumatoidnog artritisa. Pokazao se kao efikasan u borbi protiv psorijaze i groznica nastalih usled herpes zostera, bradavica i lišajeva, a sve zbog sposobnosti da razlaže proteine.

Prah lista papaje, isto tako, može da smanji upale u organizmu, neutrališe bolove i edeme uzrokovane sportskim povredama. Visok sadržaj antioksidanata u papaji može da predupedi holesterolsku oksidaciju i koristi se kao prevencija ateroskleroze, šloga, srčanih udara i srčanih oboljenja uzrokovanih dijabetesom. Nanošenjem Praha listova papaje na desni, smanjuje se parodontoza i upala zuba (i zubobolja), a što se sa uspehom koristi u mnogim kulturama širom sveta.

Istraživanja o sporednim efektima papaina u terapiji kancera, a naročito onih kao što su teško gutanje i rane u ustima nakon zračenja i hemoter-



apije, dokazala su njegov veliki uticaj na jačanje imunološkog sistema i uspešnu borbu protiv kancera.

U jednoj interesantnoj kliničkoj studiji ustanovljeno je da se Prah lista papaje nalazi na listi zvanične, komplementarne i alternativne antikancer terapije u čak četrnaest zemalja sveta.

### ***Efikasan tretman protiv kancera***

Studije obavljene na miševima kojima su bili usađeni maligni tumori u različitom stadijumu, i koji su bili tretirani enzimskom terapijom, pokazali su koliko takav tretman pomaže u

prevenciji metastaza kancera. Prvoj grupi miševa dat je enzim u čet-

vrtom stadijumu kancera –

30 procenata je preživelo.

Drugoj grupi dat je

enzim odmah nakon

što se kancer pojavio

– stopa prežiljavanja

bila je 60 procenata. Trećoj

gupi dat je enzim pre usadi-

vanja kancera i svih 100 proce-

nata iz te grupe je preživelo. Ovo is-

traživanje ukazalo je na važnost enzimskih dopuna ishrani kao delu antikancer režima.

Važnost lista papaje u borbi protiv kancera ogleda se i u činjenici da je papain, uz bromelain iz ananasa, jedini enzim proteolitik koji ima sposobnost rastavaranja proteina.



# Mangostena - Kraljica zdravlja

*Mnogi lekari ustanovili su da jedinstveni sastojci u Prahu mangostene pomažu protiv artritisa, dijabetesa, bakterijskih i virusnih infekcija, Alchajmerove i Parkinsonove bolesti*

## **Obnovite oštećeno tkivo**

**S**irovi Prah mangostene, bogat antioksidansima, ima vrednost 2510 SORAC jedinica koji do sada nije otkriven u voću. Zahvaljujući klasi prirodnih polifenola ksantonina, koji se nalaze u tamnopurpurnoj kori bobica, Prah mangostene je najbolja hrana za borbu sa slobodnim radikalima i za obnavljanje oštećenih ćelija.

Kada delimično sazri, mangostena proizvodi derivat poznat kao mangostan i beta mangostan, koji je ključno jedinjenje u borbi protiv najtežih oboljenja i ugroženih ćelija. Potpuno sazrele bobice mangostene sadrže ksanton-gartanin, beta disoksi-gartanin i normangostin. Ovi ksantoni, kojih u mangosteni ima više nego u bilo kom voću, imaju pozitivan efekat na kardiovaskularni sistem i mogu da pomognu ćelijama oštećenim slobodnim radikalima. Ksantoni u Prahu mangostene usporavaju znakove starenja, suzbijaju degenerativna oboljenja i smanjuju mentalna i fizička oštećenja u telu.

Bogata esencijalnim vitaminima i mineralima, prah mangostene je moćno oružje u borbi protiv upala, zamora i gojaznosti. Istraživanja pokazuju da Prah mangostene jača imuno sistem, podiže raspoloženje, smanjuje vrtoglavice i jača oslabljene zglobove.

Mnogi lekari ustanovili su da jedinstveni sastojci koji se nalaze u prahu ovog supervoća, pomažu protiv artritisa, dijabetesa, bakterijske i virusne infekcije, astme, ateroskleroze i poremećaja spavanja.



# Ulje avokada – Ulje lepote

Najkvalitetnija biljna ulja avokada dobijaju se hladnim ceđenjem celog ploda. Zbog visokog sadržaja vrednih masnih kiselina u mesu ploda i koštici presuju se čitavi plodovi, a ne samo semenke. Zbog toga ulje avokada ima blago zelenkastu boju i intenzivan miris. Najčešće se ovako dobijeno ulje koristi u kozmetici, za negu kože, kose i preparatima za sunčanje.

Poznato svojstvo hladno ceđenog ulja avokada u kozmetici je da omeškava kožu i pomaže prenosu aktivnih supstanci u dublje slojeve kože. Ima izrazito visok procenat penetracije u kožu.

## ***Bogata tekstura***

Pulpa avokada je izrazito bogata uljem (čak do 30%). Nakon prve ekstrakcije ulja metodom hladnog ceđenja, sirovo ulje je vrlo gusto, viskozno i intenzivno obojeno, varirajući od bogate žute do tamnozelene ili smeđe boje, u zavisnosti od porekla plodova. Iako je masno na prvi dodir, ulje avokada se brzo apsorbuje u kožu.



## **Vitaminski koncentrat**

Mada nije jedino biljno ulje koje se koristi u kozmetičke svrhe, ulje avokada je nadaleko najbogatije nutrijentima koje osigurava našoj koži, pa je prava blagodat koristiti ga u nezi i očuvanju zdravlja kože! Ulje avokada je naročito bogato vitaminima A i E, snažnim antioksidansima, vitaminima D i C, kao i vitaminima B-kompleksa. Takav specifičan sastav i koncentracija vitamina čine ga izuzetno otpornim na oksidaciju na svetlosti ili vazduhu, a ujedno je fantastičan u borbi protiv slobodnih radikala i starenja kože.

## **Mnogo vrsta nezasićenih masnih kiselina**

Ulje avokada je izuzetno bogato mono-nezasićenim masnim kiselinama (oko 64%

oleinske kiseline i 2-13% palmitoleinske kiseline), kao i polinezasićenim masnim kiselinama (skoro 10% linolne kiseline (omega 6), uz alfa-linolen-sku (omega 3) kiselinu. Upravo zbog ovakavog specifičnog sastava, ulje avokada je zaslužno za glatkoću i pojačanu otpornost kože i njene hidrolip-idne barijere, kao i za revitalizaci-ju suvog vlasišta.



### **Visoki sadržaj neosapunjivih tvari**

Ulje avokada ima visok sadržaj tzv. neosapunjivih tvari (2-10%), koji sadrže sterole i fitosterole, karotenoide i druge vitamine. Ovi sastojci su izrazito delotvorni u hidrataciji epidermisa, a istovremeno regener-iše kožu, i pomažu u sintezi kolagena i elastina. Fitosteroli imaju izvors-na protivupalna svojstva koja pomažu u umirivanju izrazito osjetljive i reaktivne kože.

### **Kozmetička svojstva:**

stabilizuje emulzije ulja u vodi, održava kožu vlažnom i glatkom, vrhunsko nosivo (bazno) ulje, pomaže zaceljivanje i sprečava iritaciju. Avokado ulje je najbolje za tretman kože izložene suncu. Prirodan je baktericid i izvrsno ulje za tretman vlasišta i kose. Jedno je od najbol-jih ulja za tretman bora i zrele kože.

Najnovija saznanja pokazuju kako ulje avokada ubrzava sintezu kola-gena u vezivnim tkivima

# Ulje argana - Tečno zlato iz Maroka

*Zahvaljujući zasićenim i nezasićenim masnim kiselinama (linolna, alfa linolenska, oleinska), sterolima, vitaminu E, mineralima i karotenoidima, proizvod od skupocenog ploda spada u najmoćnija antiejdžing sredstva*

## **Arganovo ulje – zlatan nektar za kožu, kosu i nokte**

**Z**dravoj koži vraća mišićni tonus i elastičnost, ujednačava ten, a suhu kožu dubinski hidrira. Koži sklonoj aknama i bubuljicama suzbija preterano lučenje sebuma. Veoma je efikasno kod ekcema, psorijaze i dermatitisa

Arganovo ulje proizvodi se u Maroku, gde ga nazivaju tekućim zlatom i upotrebljavaju vekovima unazad. Drvo argana, na latinskom *Argania spinosa*, donosi velike, okrugle, zelene plodove. Unutar njih nalazi se orah od kojeg se dobija arganovo ulje. Izgledom je malo tamnije i crvenkastije od maslinovog ulja. Procenjuje se da je za litar arganovog ulja potrebno uložiti 20 sati rada i oko 100 kg svežih plodova.

Najnovija istraživanja ploda argana na univerzitetu u Kvebeku, u Kanadi, pokazala su da je on jedna od najvrednijih i najskupocenijih životnih namirnica. Blagotvorno deluje na bolesti srca, Alchajmerovu bolest, karcinom prostate, a smanjuje i količinu holesterola u krvi. Sprečava nastanak ateroskleroze, ublažava reumu, obnavlja kožu i usporava njeno starenje.

Ovo vredno ulje postalo je jedno od najtraženijih prirodnih sredstava za negu lepote. Zdravoj koži vraća mišićni tonus i elastičnost, ujednačava ten, a suhu kožu dubinski hidrira. Koži sklonoj aknama i bubuljicama suzbija preterano lučenje sebuma. Veoma je efikasno kod ekcema, psorijaze i dermatitisa.







Može se koristiti i kao pakovanje za kosu (za sjaj i protiv peruti) i za lomljive i krte nokte.

Arganovo ulje za lice obično se upotrebljava dva puta dnevno, ujutru i uveče, tako što se nakon umivanja, na još uvek mokro lice, nanese svega kap ili dva čistog ulja i dobro razmaže. Marokansko ulje koži nadoknađuje vlagu, umiruje upaljenu i iritiranu kožu, pomaže kod akni, ekcema, reguliše lučenje sebuma, ujednačava ten, smanjuje bore, zateže, regeneriše i podmlađuje kožu, što znači da je pogodno i korisno za sve tipove.



Arganovo ulje za negu kose nanosi se nakon pranja, na vlažnu kosu. Kosi vraća mekoću, daje joj prirodan sjaj, revitalizuje oštećene krajeve i pospešuje njen rast. Ukoliko se dva puta nedeljno utrlja u koren kose i ostavi da deluje preko noći, oslobodiće kožu glave od peruti jer reguliše lučenje sebuma.

Arganovo ulje za negu krutih i lomljivih noktiju nanosi se pre spavanja na vlažne ruke, utrlja se u kožu i nokte da bi delovalo tokom noći.

Arganovo ulje za negu tela, takođe, nakon kupanja utrlja se u kožu. Nadoknađuje vlagu i čini da bude nežna i mekana. Ulje sprečava nastanak strija, a nakon duže upotrebe može da ukloni i ožiljke.

Brzo se apsorbuje i ne ostavlja masne tragove, čak ni na licu.

# ***Ulje semenki maline***

## ***Bedem od UV zračenja***

*Idealno za letnje mesece jer sadrži zaštitni faktor, dok je zimi nezaobilazno u nezi zahtevne kože jer je hrani i hidrira*

***Ulje semenki maline – štiti od sunca, vetra i hladnoće***

Zahvaljujući svom sastavu, ovo ulje deluje blagotvorno kod ekcema i drugih upalnih stanja kože. Ulje semenki maline (*Rubus idaeus*) ima najvišu prirodnu koncentraciju gama-tokoferola u slobodnom obliku koji sprečava oštećenje kože izazvane UV zracima. Bogato je celim spektrom vrednih masnih kiselina od kojih izdvajamo omega-3 i omega-6 masne kiseline. U sastavu ovog ulja nalaze se i visoke koncentracije vitamina E (alfa i gama tokoferoli) i vitamin A. Ulje je tamno žute do smeđe boje što govori o sadržaju karotenoida koji ima antioksidativna svojstva.

Pružza zaštitu od celog UV spektra sunčevog zračenja (UV-A, B i C) i to snagom koja se može uporediti sa titanijevim dioksidom, što izraženo u faktoru zaštite (SPF) iznosi od 28 do 50, prema naučnoj studiji (Oomah i sur, Characteristics of raspberry seed oil, Food Chemistry 69 (2000) 187-193).



Zbog sadržaja fosfolipida vrlo je stabilno i ne kvari se ukoliko se čuva na adekvatnoj temperaturi. Fosfolipidi deluju kao prirodni antioksidansi. Ulje maline idealno je za letnje mesece jer sadrži zaštitni faktor, dok je zimi nezaobilazno u nezi zahtevne kože jer je hrani i hidrira. Na plaži se može koristiti kao blagi prirodni zaštitni faktor ili kao dodatak preparatima za sunčanje. Pogodno je za tretiranje strija, ekcema, dermatitisa i drugih upalnih stanja. Može se dodati i u pakovanja za suhu i proređenu kosu jer hrani vlašišće, a kosi daje mekoću.

Zahvaljujući svom sastavu, ovo ulje deluje blagotvorno kod ekcema i drugih upalnih stanja kože, što potvrđuje i pomenuta naučna studija. Preko 80% masnih kiselina iz ulja semenki maline odnosi se na linolensku i alfa linolensku masnu kiselinu i zato je ovo ulje posebno pogodno za suhu, zrelu i dehidriranu kožu. Ekstrakt semenki maline pomaže u zaštiti organizma od virusa.

## Ulje koštice grejfruta

Širom sveta u toku su brojni istraživački projekti usmereni na otkrivanje tajne čudotvornih svojstava semena grejfruta. Čak i veoma mala doza ekstrakta pokazala se efikasnom protiv više stotina raznih kolonija štetnih bakterija, virusa, gljivica i parazita, dok se kod korisnih bakterija negativno dejstvo pokazalo samo u slučaju predoziranja. Grejpfрут je delotvoran i kao preventivno sredstvo u zaštiti od infekcija. Ekstrakt semena grejfruta sadrži bioflavonoid, glukozid i C vitamin. Ulje se spravlja iz semena i određenih sastojaka mesnatog dela ovog voća. Aktivne materije semena uništavaju membranu citoplazme - izazivača bolesti i bukvalno ih „izgladnjuju“, a da pri tome ne nanose nikakvu štetu ljudskom organizmu. Tako se virusi, bakterije, gljivice i paraziti uništavaju na prirodan način.

Ulje grejfruta pokazalo se delotvornim i u slučaju raznih želudačnih i crevnih tegoba, gljivičnih oboljenja, kožnih gljivičnih infekcija, kod prehlada, infekcija grla, uva, nosa, noktiju, upale zuba i desni i vaginarnih infekcija.

Ovo ulje može se koristiti i spolja i iznutra, podjednako za dezinfekciju organizma kao i naše okoline. Koristi se i u tretiranju celulita i razgradnji masnoće. Korisno je i za negu masne i nečiste kože, kao i kože s aknama. Kao dodatak u kremama deluje protiv ekcema, bubuljica i infektivnih osipa na koži. Uklanja neprijatan miris znojavih nogu, gljivična oboljenja stopala, neprijatan miris intimnih delova tela, kao i pazuha. Može da podigne raspoloženje, uklanja neraspoloženje, deluje tokom odvikavanja od zavisnosti, smanjuje stres i antidepresiv je.

Primenjuje se i kao aromaterapija, davanjem ulja u vodu za kupanje, za inhalaciju i za ispiranje grla. Može da se primenjuje i za dezinfekciju u domaćinst-



vu, za dezinfekciju mesa, voća I ostalih prehrambenih namirnica i kao konzervans kod pripremanja zimnice

Ulje koštice grejpfruta deluje protiv bakterija, virusa i gljivica, vrlo je efikasno protiv kandidijaze, korisno je kod virusnih bradavica (verucca), herpesa, prehlada, kod bolesti usne duplje i zuba, manjih čireva, afti, gljivičnih infekcija, zadaha iz usta, karijesa, zubnog kamena, gingivitisa, deluje na apsces kože i korena dlake, posekotine, kožni osip, kožni herpes, ekcem, mladeže, gljivične infekcije kože, perut, vašljivost, efikasno rešava želudačno - crevne probleme: proliv, gljivične infekcije organa za varenje, povećava apetit, reguliše varenje, uspostavlja ravnotežu crevne flore, kao izvanredan konzervans može se koristiti pri pripremanju zimnice i prirodnih kozmetičkih preparata, jer sprečava njihovo kvarenje i stvaranje plesni.



# Ulje Sandala

## Ublažuje depresiju, nesanicu i stres

Ulje sandalovine efikasno deluje na nervni sistem, umiruje infekciju mokraćnih puteva, a cenjeno je i kao izuzetan prirodni afrodizijak.

Puna Četiri milenijuma sandalovo drvo pušta korenje u tradicionalnoj medicini, a i danas se koristi protiv depresije, nesanice, infekcija, bronhitisa i - kao snažan afrodizijak.

Njegovo ulje, poput moćnih suza tropskih šuma, blagotvorno deluje na nervni sistem, miruje infekciju mokraćnih puteva, a cenjeno je i kao izuzetan prirodni afrodizijak.

Lekovita svojstva sandalovine poznata su i u nezi tena i tela, jer sandalovina omekšava i vlaži kožu. Sandalovina je i danas skupa i dragocena, jer da bi se dobilo kvalitetno etarsko ulje određene gustoće i karakteristične žutosmeđe boje, drvo mora a bude staro najmanje 30 godina. Zbog jakog, gorkog ukusa, koristi se samo za spoljašnju upotrebu.



### AROMATERAPIJA

Depresija i nesanica

- \* 4-6 kapi ulja sandalovine nakapati na maramicu i duboko udisati 5 minuta, zatim po 3 kapi utrljati na obe slepoočnice i lagano masirati 4-6 minuta.

Bronhitis i suvi kašalj

- \* 5 kapi sandalovog drveta nakapati na maramicu i duboko udisati 8 minuta.

Upala grla

- \* 6 kapi utrljati na vrat i masirati 10 minuta.

Frigidnost i impotencija

- \* 8 kapi sandalovog drveta nakapati na maramicu i ravnomerno udisati 6 minuta.



## Ulje Tamjana - tajanstveni miris

Većina ljudi ovu biljku specifičnog mirisa koristi za obred kađenja, mada je ona višestruko korisna zbog svojih lekovitih dejstava.

Tamjan je aromatična smola koja se dobija iz drveta bosvelije, koja raste u Aziji i Africi i jedan je od najstarijih mirisa. Iako nam možda nije poznato za šta se sve može koristiti, on je pre 5.000 godina na Arabijskom poluostrvu i u severnoj Africi bio vredan gotovo koliko i zlato, a u Egiptu je korišćen za balsamovanje mumija.

Danas, tamjan svoju primenu ima ne samo u aromaterapiji, kozmetici, masaži i religijskim obredima, već i kao pomoć kod zdravstvenih tegoba. U ajurvedskoj medicini indijski tamjan koristi se već hiljadama godina kod artritisa, zaceljivanja rana, jačanja ženskog hormonalnog sistema i zaštiti od patogenih mikroorganizama. Prema verovanju ajurveda, svakodnevno kađenje tamjanom u kući donosi dobro zdravlje svim ukućanima.

Na Bliskom istoku tamjan se od davnina koristi za održavanje zdravlja usne šupljine. Tamošnji ljudi imaju običaj da žvaću smolu tamjana, koja poboljšava zdravlje zuba i desni. Zbog svojih antimikrobnih svojstava tamjan sprečava infekcije.

Na Zapadu tamjan je najviše poznat po svom antiupalnom dejstvu. Aktivni lekoviti sastojci tamjana su seskviterpeni ugljovodonici, monoterpeni, diterpeni i bosvelijske kiseline.

Bosvelijske kiseline najvažniji su sastojak tamjana. Antiupalno deluju i efikasni su u ublažavanju bola uzrokovanog artritisom, a ne uzrokuju nuspojave.

Tamjan poboljšava cirkulaciju i protok krvi kroz krvne sudove oštećene upalom, što dodatno pomaže zglobovima ugroženim artritisom. Njegovoantiupalno dejstvo pomaže i kod Kronove bolesti i cisti. Potvrđeno je da ekstrakt tamjana, tamjanov acetat, smanjuje neurološka oštećenja, olakšava depresiju i napetost, sprečava bolesti krvnih sudova i smanjuje nivo holesterola. U aromaterapiji tamjan se koristi za olakšanje stresa, napetosti, histerije i depresije.

Masaža i kupka sa uljem od tamjana mogu da pomognu kod menstrualnih bolova i upale mokraćnih kanala.

Terapija uljem tamjana pozitivno deluje na disajne puteve.



# Ulje tajlandskog đumbira (Plaj)

*Pored toga što je moćan analgetik, plaj ima snažna antispazmotička svojstva*

Nedavno je jedno novo ulje skrenulo pažnju aromaterapeuta na Novom Zelandu i vrlo brzo, na svetskom nivou, postalo ulje broj jedan za kontrolu bola. To ulje je plaj – tajlandski đumbir.

Plaj (*Zingiber cassumunar*) je srodnik sa đumbirom i galangalom, ali ima blagi miris. Za đumbir već znamo da je izvrsno ulje za umorne i bolne mišiće, a plaj je, po mišljenju stručnjaka, još delotvorniji kod ovih indikacija.

Glavna razlika između đumbira i plaja je ta što đumbir greje i stimuliše, dok plaj hladi. Pored analgetskih svojstava, ova biljka ima snažno antiupalno dejstvo. Eterično ulje dobija se destilacijom rizoma biljke

koja raste na Tajlandu, ali i mnogim drugim tropskim krajevima.

Već vekovima starosedeoci Tajlanda koriste plaj kao lekovitu biljku. Pored toga što je moćan analgetik, plaj ima snažna antispazmotička i antiupalnasvojstva.

## Bolovi u mišićima i grčevi

Plaj je idealan za primenu kod:

- probadanja i bolova u mišićima, upala,
- problema sa zglobovima,
- grčeva u mišićima (spazam),
- uganuća i iščašenja.

Kod svih bolova u mišićima, zglobovima ili vezivnom tkivu, plaj će pružiti neverovatno olakšanje.



## Problemi sa zglobovima i upale

Plaj se sa uspehom koristi za tretman raznovrsnih problema sa zglobovima, a naročito kod onih kod kojih je prisutna i upala, kao što su zapaljenje kolena i teniski lakat. Plaj takođe olakšava bol kod artritisa. Menstrualni i ženski zdravstveni problemi. Ako se nanosi spolja, plaj se pokazao kao uspešan u tretmanu menstrualnih grčeva i endometrioze.



## Poremećaji varenja

Đumbir je dobro poznat po svom lekovitom delovanju na sistem za varenje, a plaj nije izuzetak. Koristi se i topikalno za tretman poremećaja varenja, a naročito za sindrom uznemirenog kolona (IBS).

## Dentalni problemi

Ozbiljne zubobolje mogu se ublažiti uljem plaja. Upala zbog koje se javlja bol, smiruje se stalnim nanošenjem Plaja.

Plaj se sa uspehom koristi kod problema sa zglobovima, a posebno je efikasan kod izraženih upala

# Ulje Lavande

## Prijatelj nerava i kože, majka etarskih ulja

Osim što se koristi za smirenje, ulje od osušenih plavo-ljubičastih cvetova pokazalo se delotvornim protiv nadimanja i grčeva u crevima. Idealna je prva pomoć jer dezinfikuje kao alkohol.

Osušeni cvetovi su jakog mirisa, obiluju etarskim uljem i taninima, a sadrže i fenolne kiseline i flavonoide. Najdragoceniji sastojak je etarsko ulje čija količina i sastav zavise od varijeteta biljke, vremenskih prilika tokom sezone, zemljišta, nadmorske visine i načina destilacije. Zato se preporučuje korišćenje kvalitetnih gotovih ulja kao što je ulje lavande „Eterra“.

### Lavandino ulje se koristi:

#### Za nervni sistem


Može da pomogne i kod migrene, glavobolje, depresije, nervne napetosti i emocionalnog stresa. Miris lavande otklanja nervnu iscrpljenost i uznemirenost, a istovremeno poboljšava mentalnu aktivnost.

Dokazano je da ima veliki uticaj na autonomni nervni sistem, zbog čega se često koristi za lečenje nesanice i za regulisanje rada srca.

#### Za bubuljice – akne

Prema mišljenju dermatologa i aromaterapeuta, eterično ulje lavande je jedno od najkorisnijih ulja u lečenju akni, Eterično ulje lavande zaustavlja bakterije koje uzrokuju početnu infekciju, pomaže da se reguliše preterano izlučivanje gnoja uzrokovano hormonima, i može da smanji tragove ožiljaka nakon što akne počnu da zarastaju.





Dodavanje male količine eteričnog ulja lavande drugim kremama ili mastima za kožu može značajno da doprinese lečenju akni.

### **Za oslobađa od boli**

Pomoć za mnoge vrste bola, uključujući mišićne bolove, reumatizam, uganuća, grčeve i lumbago. Redovna masaža lavandinim uljem takođe može da obezbedi smanjenje bolova u zglobovima.

Kombinovanje pare od eteričnog ulja lavande i kiseonika može značajno da smanji bol kod pacijenata posle operacije.

### **Za protok urina**

Dobro je za urinarne poremećaje, ima stimulativno dejstvo na proizvodnju urina. Pomaže u vraćanju hormonalne ravnoteže i smanjuje cystitis ili upalu mokraćne bešike. Smanjuje i bilo kakve grčeve vezane za ove i druge poremećaje.

### **Za disajne poremećaje**

Koristi se za mnoge disajne probleme, uključujući infekcije grla, grip, kašalj, prehladu, astmu, zapušenje sinusa, bronhitis, veliki kašalj, laringitis i upalu krajnika. Ovo ulje se koristi ili u obliku pare ili se maže na kožu vrata, grudi i leđa. Takođe, dodaje se mnogim isparivačima i inhalatorima koji se obično koriste za prehlade i kašalj. Stimulativna priroda eteričnog ulja lavande takođe može da ukloni šljajm i da olakša zapušenje vezano za disajne probleme.

### **Za negu kose**

Eterično ulje lavande je korisno za negu kose jer je dokazano da je veoma efikasno za vaši i gnjide. Osim toga, dokazano je da je eterično ulje lavande veoma korisno u lečenju gubitka kose, naročito kod pacijenata koji pate od alopecije.





### **Za cirkulaciju krvi**

Dobro je za poboljšanje cirkulacije krvi. Takođe, ono smanjuje krvni pritisak. Kada su u pitanju dijabetičari, inhalacija lavandinim uljem može da spreči neke od ozbiljnih rizika slabe cirkulacije

Pre spavanja izmasirajte stopala s malo maslinovog, bademovog ili drugog baznog ulja u koje ste stavili 2-3 kapi lavandinog. Pomoći će mikrocirkulaciji, opustiti vas, pomoći će da lakše utonete u san, a pomoći će i u slučaju da na stopalima imate gljivičnu infekciju

### **Za varenje**

Lavandino ulje je korisno za varenje jer povećava pokretljivost hrane unutar creva. Ovo ulje takođe podstiče proizvodnju želudačnih sokova i žuči, pa tako pomaže kod problema sa varenjem, bolova i grčeva u stomaku, nadimanja, povraćanja i dijareje.

### **Opšta nega kože**

Koristi se kao pomoć kod raznih poremećaja na koži, kao što su akne, bore, psorijaza i druga upalna stanja kože. Ubrzava proces zarastanja rana, posekotina, opekotina i opekotina od sunca jer poboljšava formiranje ožiljaka. Ulje lavande se takođe dodaje kamilici i tada se koristi za lečenje ekcema.

### **Za zaštitu od insekata**

Miris eteričnog ulja lavande je moćno sredstvo protiv mnogih insekata, kao što su komarci, mušice i moljci. Nanesite malo ulja lavande na kožu kada ste napolju. Osim toga, ako vas ujede neka od ovih buba, eterično ulje lavande ima antiupalna svojstva koja će smanjiti iritaciju i bol. Par kapi može pomoći u borbi s vašima i gnjidama

# Ulje nima - Biljka 21. veka

*Ulje nima koristi se kod mnogih kožnih oboljenja poput akni, opekotina, ekcema, psorijaze, svraba, ali je i odličan repelent*

## **Čudotvorac za negu kože, kose i zuba**

Ulje nima dobija se hladnim ceđenjem plodova nim drveta, koji izgledom podseća na masline. Posедуje protivupalno, antibakterijsko, antivirusno, antiseptičko i adstringentno delovanje (steže), a pomaže i kod mnogih kožnih oboljenja.

Ovo su samo neki od benefita koje možete dobiti koristeći ovo ulje:

**ARTRITIS:** Dermalno korišćenje ulja nima efikasno pomaže protiv upala zglobova. Antibakterijsko delovanje smanjuje infekciju, smiruje bol i ublažava simptome upale.

**AKNE:** Ulje nima ubija bakterije koje nastaju u aknama i na taj način smanjuje upale.

**PSORIJAZA:** Vrlo je delotvorno kod tretiranja psorijaze, jer smanjuje svrab i crvenilo kože, ne uzrokujući nikakve nuspojave.

**PERUT:** Ulje nima umasirati u teme i ostaviti najmanje jedan sat da deluje. Zatim oprati kosu šamponom. Postupak ponoviti dva do tri puta nedeljno. Za najviše tri nedelje perut će nestati.

**PROTIV KOMARACA:** Odličan je repelent. Nanosi se direktno na kožu ili se koristi u aroma lampi.

**PROTIV MOLJACA:** Pamučne loptice natopljene nimovim uljem u ormaru koriste se protiv moljaca.

**AROMATERAPIJA:** Vazduh koji dolazi u dodir s nimovim lišćem ili uljem pročišćava se od virusa i bakterija, pomaže u dezinfekciji sobe i sprečava širenje zaraze.

**KUĆNI LJUBIMCI:** Nim ulje pomaže protiv bolesti kućnih ljubimaca, kao što su gljivične infekcije, dermatitisi, ekcemi i psorijaza glave. Možete ga koristiti i protiv buva i suve kože.

**UPOTREBA NIMA U POLJOPRIVREDI:** Čudnovato drvo i stotine njegovih aktivnih spojeva nemaju nikakve toksične reakcije, tako da su korisne u zaštiti bilja i njegovoj proizvodnji. Ulje nima smanjuju rast štetočina u usevima i kod biljaka, a pri tom nema negativnog uticaja na ljude, korisne insekte (pčele, leptire,...) i gliste.



## Ulje fenela

Ulje fenela štiti rane od inficiranja, od sepse ili inficiranja tetanusom, naročito posle operacija, carskih rezova i drugih težih povreda. Ima opuštajuće efekte na nerve, mišiće, creva i respiratorni sistem i smiruje napade grčeva. Ulje komorača može da pomogne da se očiste creva i izleči zatvor.

Otklanja gasove iz creva i oslobađa od problema kao što su loše varenje, nemir, bol u stomaku i grudima i umanjuje hipertenziju. Takođe, ne dozvoljava da se stvaraju novi gasovi.

Efikasno ubija gliste i njihove spore u crevima i u traktu za izlučivanje. Ovo ulje je odlično za decu, koja najčešće pate od parazitskih glista i može da spreči neuhranjenost ili zaustavljeni rast.

Ulje fenela podstiče mokrenje i količinu urina. i na taj način pomaže snižavanje krvnog pritiska, čisti bubrege i smanjuje masti. Može biti veoma korisno za žene koje pate od neredovnih, slabih, bolnih menstruacija. Reguliše menstrualni ciklus i ublažava simptome vezane za

ciklus, kao što su glavobolja, bol u stomaku, vrtoglavicu, nagle promene raspoloženja. Takođe, ovo ulje može da spreči neblagovremenu ili preranu menopauzu. Ulje fenela može da poveća količinu mleka kod majki tako što povećava proizvodnju hormona zvanog estrogen. Ovo mleko takođe poprima neka od svojstava ulja i štiti bebu od nadimanja, lošeg varenja i gasova.

Ulje fenela je dobar laksativ i koristi se za hronične i akutne zatvore, nema neželjenih efekata i može redovno da se koristi. Stimuliše mozak i nervni sistem, sekreciju iz endokrinih i egzokrinih žlezda (što uključuje lučenje mleka, znoja, suza, urina i menstrualne sekrete), sistem za varenje i sistem za izlučivanje, pomaže kod umora, vrtoglavice i depresije.



Ulje fenela održava i funkcionisanje svih lučenja digestivnih kiselina i žuči. Pored toga, štiti želudac od infekcija i čireva, štiti slezinu od raznih infekcija.

Ulje fenela deluje kao tonik, okrepljuje sve sisteme u telu, kao što su respiratorni, digestivni, nervni sistem i sistem za izlučivanje, olakšava apsorpciju hranljivih materija u organizmu. Ulje fenela pomaže da se krv pročisti od krvne uree, mokraćne kiseline i nekih neželjenih hormona koji se nalaze u krvi. Uspostavlja ravnotežu nivoa natrijuma u krvi i pomaže u otklanjanju drugih toksičnih supstanci koje dospevaju u krv.

Efikasno je u otklanjanju sluzi i šljajma, koji vode do zapušenja u nosnom traktu, grkljanu, ždrelu, bronhijama i plućima, usled prehlade i virusnih infekcija. Naročito je efikasno u lečenju čestog ili hroničnog kašlja.

Ulje fenela smanjuje gojaznost, bore na koži, a može se koristiti i za lečenje ujeda insekata, za mučninu, povraćanje, anoreksiju, štućanje, dispepsiju, reumatizam i višak celulita.



# Ulje makadamije – i za jelo i za telo

*Neobični orašasti plod mnogi smatraju nezamenljivim za dobro zdravlje, a njegovo ulje je na ceni zbog visokih prehrambenih i lekovitih vrednosti*

Ulje je bogato oleinskom kiselinom za koju je dokazano da smanjuje upalne procese u organizmu, poboljšava memoriju, povećava nivo testosterona, umanjuje simptome astme i loš holesterol

Većina ljudi zna koje su sve blagodeti zdravih masti u koje spada Ulje makadamije, a to su, pre svih, snižavanje holesterola, smanjenje upala i rizika od srčanih oboljenja.

Zato posebno treba obratiti pažnju na podatak da ovo ulje sadrži najveći nivo nezasićenih masti u poređenju sa drugim uljima. Jedna njegova kašika u sebi ima 11 grama nezasićenih masti, dok kašika maslinovog ulja sadrži 9,8 grama.

Bogato je oleinskom kiselinom za koju je dokazano da smanjuje upalne procese u organizmu, poboljšava memoriju, povećava nivo testosterona i umanjuje simptome astme. Oleinska kiselina je takođe jedan od izvora „dobrog“ HDL holesterola i ima sposobnost da smanji nivo „lošeg“ LDL holesterola.

Mononezasićene kiseline poznate su i po tome što štite od nekoliko vrsta raka i srčanih bolesti i smanjuju rizik od metaboličkih poremećaja, kao što su rezistencija na insulin i dijabetes.

Istraživanja na dijabetičarima pokazalo je da pacijenti imaju manje oscilacija u vrednostima šećera u krvi ako njihova ishrana sadrži dovoljno mononezasićenih kiselina.

Ulje makadamije sadrži i vitamine E i A i skvalen, koji služi za sintezu vitamina



100 ml



## D i štiti od UV zraka.

Zbog visokog nivoa magnezijuma pomaže opštem zdravlju kostiju, tkiva i ćelija, a stabilizuje i centralni nervni sistem i srčani ritam. Ovo ulje uopšte ne sadrži zloglasne transmasti. Sadrži isti broj kalorija kao i maslinovo ulje, i to 120 po supenoj kašiki ulja.

Ono u čemu Ulje makadamije uveliko prednjači ispred maslinovog, jeste viša tačka zagrevanja, i to za 6,6°C. To znači da ovo ulje možete koristiti na visokim temperaturama bez bojazni da će „dobre“ masti i lekovita svojstva sagoreti. Slobodno ga možete koristiti kako za din-stanje, tako i za prženje.

I na kraju, jedan od razloga zbog kog bi trebalo da koristite ovo ulje jeste ukus koji neodoljivo podseća na makadamija orahe od kojih se pravi.

### Prednosti

- pomaže kod mršavljenja
- smanjuje rizik od srčanih bolesti
- neguje kožu i kosu
- učvršćuje kosti
- smanjuje simptome alergije i astme
- pomaže kod dijabetesa
- štiti od nekoliko vrsta raka



### Blago za kosu

Kosa žudi za nutrijentima iz Ulja makadamije. Mononezasićene kiseline iz ovog ulja štite teme i kosu od oštećenja, a brzo upijanje i duboko penetriranje pružaju kosi potrebnu vlagu. Vitamin E podmlađuje i omekšava čak i onu najoštriju kosu, dok je palmitoleinska kiselina slična ljudskom sebumu.

### Melem za kožu

Ovo ulje specifično je po neuobičajeno visokom sadržaju palmitoleinske kiseline koja se nalazi u sastavu lipida mlade kože. Starenjem kože udeo ove kiseline opada, zbog čega je Ulje makadamije izrazito pogodno za negu zrele kože.

# Ulje fragonije

*Efikasna je u zaustavljanju infekcija mikrobima (bakterijske, gljivične i virusne), odnosno, ubrzava prolazak kroz prehladu.*

Fragonija ima veoma dobra ekspektoransna svojstva. Iako nije toliko moćno i agresivna kao eukaliptus u ovom području, dovoljno je snažna i stoga je od izuzetne koristi za tretman prehlade, gripa i drugih infekcija glave i grudi.

***Ima veoma dobra anti-upalna svojstva.***

Fragonija može pomoći kod regulisanja ženskog hormonalnog disbalansa, koji su pod kontrolom hipofize i u ponovnom uspostavljanju homeostaze u telu.

Korisna je za uklanjanje manjih bolova, koji uključuju bolove kod zglobova i mišića pa čak i blagih dentalnih bolova.

## **Svojstva ulja fragonije:**

- Bezbedno
- Efikasno
- Nežno za kožu
- Može da se koristi bilo kada
- Prijatan miris koji je opšte prihvaćen
- Može da se koristi na sve načine i na bilo koji način se lako apsorbuje – koža, u nos i inhalacija, usta ili oralno
- Anti-infektivno
- Anti-upalno
- Ekspektorant
- Ojačavač imuniteta i dejstvuje uravnotežujuće
- Analgetik za uklanjanje bolova kod mišića i zglobova
- Emocionalni uravnoteživač – ima sveopšti efekat koji stvara mir i harmoniju u umu i telu, a naročito za senzitivne ljude i za one koji prolaze kroz teško vreme.



# Ulje gorke tikve

## SNIŽAVA NIVO GLUKOZE U KRV

Gorka tikva ili karela (*Momordica charantia*), jedna je od biljaka čiju su legendarnu popularnost opravdala naučna istraživanja. Ova čudotvorna biljka vekovima se koristi u azijskoj i afričkoj biljnoj medicini zbog niza blagodeti. U zapadnu medicinu gorka dinja stigla je tek nedavno. Odmah je, s pravom, privukla znatiželju naučnika zbog niza pozitivnih efekata na zdravlje ljudi, posebno zbog svog delovanja na maligna oboljenja.

Osim kod karcinoma pankreasa i dojke, ustanovljeno je da sok gorke dinje pomaže kod raka prostate, jetre, debelog creva i disajnih puteva. Sok sprečava i širenje leukemije i neuroblastoma - neuroendokrinog tumora - i pojačava imunološke funkcije kod ljudi koji boluju od raka. Njeno lekovito delovanje naučnici pripisuju glikoproteinu lektinu, koji ova gorka namirnica sadrži u velikim količinama. On je po aktivnosti sličan insulinu, jer snižava koncentraciju glukoze u krvi i deluje kao

imunomodulator. Ekstrakt sadrži najmanje tri aktivne supstance s antidijabetičkim delovanjem (karantin, vicin i polopeptid P). Ova biljka sadrži i vrstu lektina koji snižava koncentraciju glukoze (deluje hipoglikemijski) delovanjem na periferna tkiva i smanjivanjem apetita (slično deluje i insulin na mozak). U tradicionalnoj kineskoj i indijskoj medicini gorka dinja vekovima se koristi kao prirodno sredstvo kod dijabetesa, što je odnedavno upoznala i savremena zapadna nauka. Osim toga, tradicionalna kineska i indijska medicina koriste gorku dinju zato što deluje na bakterije, viruse, ćelije raka, prevenciju tumora i snižavanje krvnog pritiska. Gorka dinja koristi se već vekovima kako bi se stabilizovao nivo šećera u krvi, a tek nedavno naučnici su otkrili i njen antikancerogeni potencijal PLOD DUGOV-EČNOSTI



30 ml

## Mukuna u prahu (Mucuna Pruriens)

*Mukuna je super hranljiva biljka, koje se hiljadu godina upotrebljava u Aziji za lečenje depresije, poboljšanje plodnosti, ukupnog zdravlja i dobrog raspoloženja.*

Super hrana Mukuna je zapravo mahunarka i ima kalorični sadržaj. Osim prehrambeno-farmaceutskih elemenata, njena zrna sadrže 20-35 % proteina. Super hranjiva Mukuna sadrži i inhibitore enzima za metabolizam belančevina, koji mogu biti smanjeni preradom.

Sadrži L-DOPA, upotrebljiv u borbi protiv Parkinsonove bolesti, povećava testosteron. Afrodizijak je jer poboljšava libido i ima dobar utjecaj na impotenciju i erekktivnu disfunkciju. Stimuliše stvaranje hormona. Analgetik je pošto smanjuje grčeve i olakšava bolove. Snižava šećer u krvi i krvni pritisak. Reguliše često uriniranje, snižava temperaturu i sprečava kašalj. Smiruje i smanjuje oštećenja nerava. Snižava holesterol. Pomaže kod mršavljenja. Deluje protivupalno.

Ostala korisna svojstva super hrane Mukune su da pomaže u odstranjivanju kamena u bubregu. Pomaže kod nadutosti. Stimuliše centralni nervni sistem. Dobra je kao menstrualni stimulans. Podstiče bolji i dublji san. Smanjuje telesnu masnoću, celulit, bore i poboljšava izgled kože. Održava gustoću kostiju. Povećava mišićnu masu.



# ***Tribulus prah - prirodna vijagra***

## **ZA PLODNOST I POTENCIJU**

**N**ove studije dokazuju direktno hormonsko delovanje moćne biljke Tribulus terrestris na hipofizu i hipotalamus, što objašnjava zašto je smatraju za afrodizijak

Tribulus terrestris (babin zub) je popularna biljka koja deluje kao adaptogen i afrodizijak, a raste u suvim klimatskim uslovima u čitavom svetu. U Evropi se koristi se od antičkih vremena, ali pre svega je ostavila traga u tradicionalnoj kineskoj medicini kao afrodizijak. Posle istraživanja biljke u Istočnoj Evropi i pošto su je koristili atletičari na olimpijskim igrama devedesetih godina prošlog veka, popularnost biljke Tribulus terrestris doživela je svetsku slavu.

Danas je Tribulus terrestris tražen zato što podstiče stvaranje testosterona i budi seksualni nagon i izdržljivosti. Biljka je korisna jer normalizuje rad hormona, pre svega kod osoba koje su koristile steroidne supstance, koje inače ometaju stvaranje testosterona prirodnim putem (PCT).

Aktivni hemijski spojevi tribulusa su steroidni saponini, koji se primarno nalaze u listovima. Prirodni saponini povećaju količinu luteinizirajućeg hormona (LH) a time i količinu testosterona (teoriju podupiru bugarska i ruska istraživanja, koja su dokazala delovanje tribulusa na slobodne testostosterone i LH kod neplodnih muškaraca).

Tako su naučnici dokazali da Tribulus terrestris može da koristi muškarcima koje pate od impotencije, niskog libida i problema sa slabo kvalitetnom spermom, jer tribulus povećava proizvodnju luteinizirajućeg hormona (LH) kod hipofize, a LH podstiče testise da luče muški hormon testosteron. Konzumacijom tribulusa povećava se stepen testosterona za više od 50 posto.





# Amla prah - najveći rudnik vitamina C

*Veruje se da ono što je zlato kod minerala, amla je kod bilja. Najrasprostranjenija biljka u ajurvedskom sistemu medicine, sadrži više vitamina C od bilo koje druge biljke.*

Ovaj indijski ogrozd podiže imunitet, poboljšava stanje kože i izvrstan je prirodni način snabdevanja tela vitaminom C i antioksidansima. Prema ajurvedskoj medicini, amla se koristiti za poboljšanje varenja i zdravlja srca, pročišćavanje krvi i podsticanje rasta kose. Amla sadrži antioksidanse i antidijabetike, ona ima kardioprotektivna, hepatoprotektivna, antitumorska, antiulcerozna svojstva i deluje antibakterijski in vitro i in vivo.

Efekti amle pripisuju se njenim antioksidansima, kao što su vitamin C, polifenoli, tanini i flavonoidi. Zahvaljujući visokom nivou vitamina C, pomaže u povećanju broja crvenih krvnih zrnaca u telu. Laboratorijski testovi pokazali su da svakih 100 grama svežeg voća osigurava 470-680 mg vitamina C. Vitamin C je snažan antioksidans. Antioksidansi blokiraju štetne posledice koje uzrokuju slobodni radikali, materije koje oštećuju DNK. Studije sprovedene na Niva imunološkom institutu u Japanu pokazale su da je indijski ogrozd snažan čistač slobodnih radikala. Vitamin C je važan za kosti i vezivna tkiva, imuno sistem i krvne sudove. Za vitamin C pokazalo se da stimulise proizvodnju i funkciju leukocita (posebno neutrofilnih), limfocita i fagocita. Limfociti proizvode antitela koja rade zajedno s fagocitima u borbi protiv infekcija. Vitamin C je važan za održavanje zdravlja srca i krvnih sudova jer smanjuje stres i pomaže širenju krvnih sudova. Pored snažnog antioksidantnog delovanja, izveštaji pokazuju da



plod amle poseduje imunomodulatorna, hemopreventivna, antimutageni, antiproliferativna svojstva i svojstva koja su korisna u prevenciji i terapiji raka. Studija sprovedena na Fakultetu farmaceutskih nauka Univerziteta Nagasaki, pokazala je da ekstrakt voća amle suzbija rast kancerogenih ćelija. JETRA Indijski ogrozd jača jetru tako što pomaže uklanjanje toksina iz tela. UPALE Laboratorijska istraživanja potvrđuju da amla deluje na smanjenje upale. Određene studije pokazuju da 500 mg amle dnevno kroz tri meseca smanjuje nivo CRP-a (C reaktivni protein) u plazmi. PANKREAS Amla može da bude korisna kao dodatni tretman za pankreatitis. U istraživanju na životinjama, sadržaj nukleinske kiseline, brzina sinteze DNK i sadržaj amilaze pankreasa značajno su poboljšani korišćenjem amle. DIJABETES Prisustvo hroma pomaže u kontroli nivoa šećera u krvi, što je vrlo važno za dijabetes tipa dva.



### **10 razloga zašto koristiti prah Amle:**

- Sadrži veliku količinu potpuno prirodnog organskog vitamina C
- Ima visok sadržaj antioksidanasa kojima pomaže u uklanjanju slobodnih radikala
- Poseduje snažno protivupalno delovanje
- Pomaže kod bolesti srca
- Povećava hemoglobin, broj crvenih krvnih zrnaca
- Reguliše nivo šećera u krvi
- Smanjuje loš holesterol
- Podstiče rad i zdravlje organa za varenje
- Pomaže funkciju jetre, dopuna je terapiji pankreatitisa
- Pomaže u održavanju zdrave kože i stimuliše rast kose

# Ulje čajnog drveta

## Noćna mora za bakterije i gljivice

*Jedan od najmoćnijih biljnih antiseptika bezbedno je i veoma efikasno sredstvo koji svaka kućna apoteka treba da ima.*

Po svojoj efikasnosti u uništavanju patogenih mikroorganizama može se porediti sa hlorom, naravno bez opasnih pojava koje hlor izaziva.

Jedan od najmoćnijih biljnih antiseptika bezbedno je i veoma efikasno sredstvo koji svaka kućna apoteka treba da ima.

Čajno drvo ili čajavac nema veze sa čajem. Ime su mu dali mornari kapetana Kuka kada su se iskricali na obalu Istočne Australije i od lišća baš ove biljke pripremili topli napitak.

Etarsko ulje čajnog drveta je izuzetno kompleksna mešavina organskih jedinjenja i veoma je dragoceno zato što istovremeno deluje i na bakterije i na gljivice. Ovo je važno, jer kada koristite lekove protiv gljivica oslobađate prostor za razmnožavanje

bakterija i obrnuto, kada koristite dugo antibiotike pojave se gljivice. Čajno drvo je prirodan i bezbedan, a efikasan način da izađete iz ovog začaranog kruga. Zahvaljući kompleksnom sastavu, ova biljka deluje na gram pozitivne bakterije.

Etarsko ulje čajnog drveta pomaže i onima koji se bore protiv virusa Herpes simplex. Čisto i kvalitetno ulje čajnog drveta može se uzimati oralno, ako je prethodno razblaženo maslinovim uljem, medom ili uzeto sa malo pavlake, jogurta ili nakapano na sredinu hleba ili kocku šećera. Kap ulja čajavca pomešana sa kašikom meda je izvanredna pomoć kod upale grla, krajnika, prehlada i kašlja. Na ovaj način čajno drvo možete koristiti i ako imate problem sa ešerihijom. Ako vas pak muči kandida izbegavajte šećer, med i hleb sa



krasom, a čajno drvo uzimajte rastvoreno u maslinovom ulju ili u malo acidofilnog jogurta. Inhalacija je efikasan način korišćenja čajnog drveta kada su u pitanju respiratorne infekcije. U litar vrele vode dodajte četiri kapi čajnog drveta i udi- šite paru dva do tri minuta. Razblaženo nekim nosećim uljem (badem, susam, suncokret) etarsko ulje čajnog drveta je odlično sredstvo protiv artritisa. Čajno drvo je verovatno najefikasnije biljni tretman za akne.

Možete napraviti losion koji sadrži ovo etarsko ulje, a možete ga nanositi i direktno na akne. Kanite jednu kap na štapić za uši i nanesite direktno na aknu.

Čajno drvo se pokazalo i kao odlično sredstvo za vaginalne infekcije.

U tu svrhu najbolje je pomešati ga sa kantarionovim uljem. Tom mešavinom natopite tampon i ostavite da deluje tri sata (dva puta na dan). Terapija se ne koristi u danima ciklusa.



# ***Preporučeni proizvodi i kombinacije kao pomoć kod problema***

## **Nervni problemi - stres i dr, memorija**

Ashwagandha deluje anti-stresno, poboljšava pamćenje, daje zdraviji san, afrodizijačko delovanje

Brahmi – obnavlja nervne ćelije u mozgu, poboljšava perifernu cirkulaciju, jača pažnju, memoriju, koncentraciju, mentalne funkcije

Revitalum – mešavina, udruženo delovanje Ashwagandhe i Brahmija

Mukuna – izvor L-dope koje se pretvara u dopamin, serotonin, smiruje simptome Parkinsonove bolesti,

Lavanda – smiruje, opušta, uspavljuje

Ruzmarin – smiruje, poboljšava pamćenje, pomaže kod učenja

## **Diabetes**

Gorka tikva - smanjuje nivo šećera u krvi

Cimet – smanjuje nivo šećera u krvi

Kurkuma – Poboljšava metabolizam

Moringa – Ishranjuje ceo organizam, oporavlja jetru, čisti debelo crevo, jača organizam

Crni kim – smanjuje nivo šećera u krvi

Mačja kandža – deluje pozitivno na auto imune i zapaljenske procese u organizmu

Amla – Bogat izvor C vitamina i derivata

Papaja – podstiče rad pankreasa, pomaže metabolizam proteina

## **Kandida, Ešerihija, infekcije (virusne, bakterijske i gljivične), prehlade, plućne bolesti, bronhitis, sinusitis, upale**

Origano ( i sa moringom), 4 lopova ( i sa moringom), grejprfut – moćni prirodni antibiotici, eliminišu gljivice, plesni, antiseptici...izuzetno je efikasna njihova kombinacija koja je višestruko isprobana i proverena čak i na ozbiljnim infekcijama u Indiji. U kombinaciju se može dodati i Fragonija, Nim ili Čajno drvo a takođe i Ulje tamjana.

mačja kandža – efikasno deluje protiv virusa, HPV i drugi, odlična kod Kandidate, deluje na auto imune bolesti i upale

nim, fragonija, čajno drvo – deluju protiš širokog spektra gljivica, bak-





terija i virusa, čistači organizma, a naročito jetre i shodno tome i krvi, odlični su za varenje i kod svih vrsta infekcija, problema sa kožom, kosom i noktima, problema sa varenjem, oboljenja disajnih puteva... himalajske kapi – Izuzetna moćna mešavina 8 ulja koja deluje na širok spektar gljivica, bakterija i virusa, zaceljuje rane, pomaže varenje, čisti krv i celokupan organizam, blagotvorna je za sve probleme sa kožom, kosom i noktima, antiseptik, ripelent, dezodorans, losion posle brijanja...ima hiljade načina korišćenje. To je naprosto ulje koje uvek morate imati sa sobom jer će pomoći skoro u svakoj prilici kod skoro bilo kog zdravstvenog ili higijenskog problema

### **Srce i krvni sudovi, anemija, hipertenzija**

Pšenične klice – poboljšava vensku cirkulaciju, bogato vitaminom E, izuzetno ulje za negu kože

Mačja kandža, smanjuje upalne procese u organizmu

Mangostena, jača srce i izuzetno je bogata nutrijentima i ksantinima  
Moringa, ishranjuje srce i ceo organizam bogata omega 3, 6, 9 kiselinama, sadrži sve potrebne nutrijente za dobar rad srca, prepuna vitamina, minerala, kalcijuma, hlorofila, vlakana, antioksidanasa...

Sandal, snižava pritisak, smiruje i podiže raspoloženje

### **Holesterol**

Makadamija, Kim, mangostena, pšenične klice snižavaju nivo holesterola

### **Rak**

Moringa, kurkuma, cimet, kajsija, papaja, noni, gorka tikva, ashwagandha, amla, mačja kandža

### **Stomačni problemi metabolizam**

Himalajske kapi, sređuje varenje,

kurkuma, pomaže metabolizam,

papaja, pomaže varenje proteina

grejpfuit, pomaže kod helicobacter - piori

moringa, čisti jetra i creva, ishranjuje



## **Problemi sa jetrom**

Moringa, čisti i obnavlja jetru i debelo crevo, hrani organizam  
Himalajske kapi,  
Nim, čisti telo od toksina  
Fragonija,  
Čajno drvo

## **Kožni problemi, mišići**

Himalajske kapi, Nim, Kurkuma, čajno drvo, fragonija, Đumbir,

## **Plućne bolesti, bronhitis**

Crni kim, fragonija, origano, četiri lopova,

## **Alergije, Astma**

Kim, Origano, Lavanda

## **Polna moć i plodnost**

Ashwagandha, Mukuna, Tribulus, moćna kombinacija za zdravo  
uvećanje seksualne moći i plodnosti, Moringa, Amla

## **Polne bolesti**

Nim, fragonija, čajno drvo, himalajske kapi

## **Ženske bolesti i problemi**

Fenel, podstiče lučenje estrogena, reguliše menstrualne cikluse i  
moringa, sandal, fragonija

## **Kozmetika**

Argan, Avokado, Makadamija, Moringa ulje, sapun, šampon, losion,  
gel za lice, kajsija,

## **Kosa**

nim, čajno drvo, fragonija, lavanda

## **Artritis, auto imune bolesti, reumatizam**

mačja kandža, đumbir, origano, fragonija, čajno drvo

# KOMPLETNA AJURVEDSKA FORMULA ZA MUŠKARCE ZA SNAGU, ŽIVAHNOST I VITALNOST

**K**ombinacija 4 čuvene ajurvedske biljke je najmoćniji afrodizijak i mnogo više od toga – moćan adaptogen i tonik za celo telo – podiže snagu i izdržljivost i daje osećaj smirenost i blagostanja.

Tribulus pojačava želju i nagon za seksom, što postepeno dovodi do pojačavanje seksualne potencije. On je nehormonski biostimulant i povećava nivo prirodnog endogenog testosterona. Ojačava tkivo i erekciju penisa. Pomaže uravnoteženju nivoa fluida u telu i održava zdrav tok urina. Pomaže u suzbijanju oboljenja urogenitalnog trakta (kamen u bubregu, infekcije - mokraćnog mehura i druge) i održava ga zdravim eliminišući dizuriju (bolno/krvavo uriniranje) i kristaluriju (prisustvo kristala u urinu). Povećava kvalitet i količinu sperme. Podiže snagu kod atletičara, otpornost i energije mišića. Koristan je za reproduktivni sistem.

Mukuna je prirodni izvor L-dope koja se pretvara u dopamin koji podiže raspoloženje a takođe sadrži i serotonin – hormon sreće. Pojačava lučenje

hormona rasta što ubrzava regeneraciju tkiva i pojačava lučenje testosterona. Osnružuje centralni nervni sistem – tonik za nerve. Maksimizuje sposobnost tela da se nosi sa stresom. Podržava fizički balans i držanje. Poboljšava motoričke sposobnosti i kordinaciju kao i mentalnu budnost. Pojačava energiju i izdržljivost tela kao i snagu mišića. Pojačava intelekt i libido. Pruža zdrav i prijatan san. Revitalizuje kako muški tako i ženski reproduktivni sistem.

Ašvaganda je potentni adaptogen koji uk-





lanja mentalni stres kod muškaraca, koji je glavni krivac za slabu seksualnu moć, efikasan je antioksidans te i na taj način pomaže uklanjanju seksualne disfunkcionalnosti, podiže raspoloženje, poboljšava cirkulaciju i kaže se da “daje snagu i stamenost ždrepcu”. Podmlađuje telo, uvećava snagu, eliminiše toksine iz tela, prehranjuje ljude koji pate od opšte slabosti, povećava kvantitet i kvalitet sperme. Pojačava unutrašnju snagu tela (imunitet). Podiže osećaj opšteg blagostanja. Daje relaksirajući san koji donosi odmor.

Moringa, Poznata još i kao “Zelena Biljna Vijagra” podiže celokupni organizam zahvaljujući tome što je prepuna vitamina, minerala, antioksidanasa, kalcijuma, vlakana, proteina... doslovno svega onoga što je potrebno organizmu. Podiže snagu celokupnog organizma i ojačava ga. Moćan je detoks jer sadrži veliku količinu hlorofila. Deluje protiv upala i infekcija, reguliše krvni pritisak, čisti debelo crevo i otklanja crevne poremećaje. Otklanja znakove starenja kože, “pegla bore” sprečava opuštanje mišića lica i steže pore. Kaže se da “Ako hoćete da budete zmaj u krevetu uzmite Moringu”.



# Nov proizvod

## Moringa i med

*Najmoćniji antioksidansi u jednom zalagaju*

**D**ivna vest za sve one koji znaju koliko je zdrava moringa, ali je nisu koristili zbog pikantnog ukusa. Od sada možete nabaviti moringu u medu koja je zadržala sva pozitivna svojstva moringe, a obogaćena je ukusom i lekovitim sastojcima meda. Udruženim delovanjem, med pojačava blagodeti moringe za zdravlje organizma.

Moringa je savršena prirodna hrana, koja po sadržaju hranljivih materija prevazilazi sve druge biljke. Zeatin, sastojak moringe, vrhunski je antioksidant i snažno detoksikuje organizam. Ova moćna biljka ubrzava formiranje hemoglobina i mioglobina, a pomaže i kod regulacije krvnog pritiska, gubitka energije i težine, neuhranjenosti, lupusa, čišćenja debelog creva i crevnih poremećaja, raznih upalnih i drugih promena na koži - čireva, ulcera, reumatoidnog artritisa, osteoporoze, impotencije, menstrualnih tegoba, tumora, groznice, glavobolje, ali i kao vitaminski dodatak ishrani i nutritivna pomoć dojiljama.

Moringa deluje efikasno protiv širokog spektra bolesti jetre, kao što su hronični i akutni hepatitis ili ciroza, zato što moringa ne samo

što zaustavlja toksičnost koja je uzrok ovih bolesti, već i pomaže da se regeneracija jetre ubrza.

Isto tako, nebrojene su mogućnosti terapije medom, kao dopuna zvaničnoj medicini. Zbog velikog sadržaja glukoze, med daje energiju i snagu srčanom mišiću, normalizuje rad krvnih sudova i pomaže regulisanje krvnog pritiska.

Odlično stimuliše zamorene nervne ćelije mozga, oslobađa od osećaja utučenosti i bezvoljnosti. Korišćenjem meda, zadržava se mladalačka svežina i produžava životni vek. Uz ova dva sastojka, zdravlje vam je zagarantovano.



Novi Sad, Zmaj Jovina 26, T.C. Lupus

Telefon: 021.66.10.170, [www.eterra.co.rs](http://www.eterra.co.rs)

Uvoznik za Republiku Srpsku i Bosnu Biomedic doo

Majke Jugovića 20, 51000 Banja Luka, tel 00387 51 430 430

Uvoznik za Crnu Goru, d.o.o. "TD-MED"-Bar, Šušanj 67, 85000 Bar; 00382 30 35 34 15