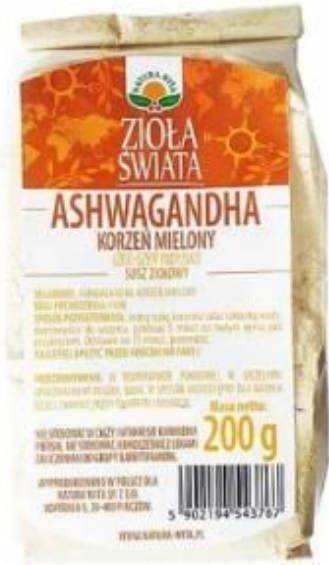


ASHWAGANDHA korzeń mielony 200g

Cena: 30,71 PLN



Opis produktu

Ashwagandha firmy Natura Wita w postaci zmielonego korzenia.

Ashwagandha inaczej witania ospała to roślina, która była stosowana od lat w tradycyjnej medycynie wschodniej. Była pomocna w ogólnym osłabieniu i wyczerpaniu, reumatyzmie, niepłodności u mężczyzn oraz wspomagała pamięć.

Korzeń ten należy do adaptogenów, czyli roślin wspomagających przystosowanie organizmu człowieka do niekorzystnych warunków (sytuacje stresowe, wysiłek fizyczny, wyczerpanie). Poprawia procesy uczenia się, kojarzenia i zapamiętywania. Według literatury, ashwagandha zażywana systematycznie wpływa na poprawę parametrów krwi, poziom cukru oraz cholesterolu, a także przyczynia się do regulowania ciśnienia tętniczego. Jako adaptogen Ashwagandha może być stosowana przez osoby uprawiające sport, jako pomoc w niwelowaniu stresu oraz w poprawie wyników sportowych.

Skład:

Ashwagandha korzeń mielony 100% (susze ziołowe)

Sposób użycia:

Jedną łyżkę korzenia zalać szklanką wody, doprowadzić do wrzenia, gotować 5 minut na małym ogniu pod przykryciem. Odstawić na 15 minut, przecedzić i popijać.

Nie stosować w ciąży i okresie karmienia piersią. Nie stosować jednocześnie z lekami zaliczanymi do grupy barbituranów.