

## Dzika róża na zdrowie

ID artykułu: 3903 / 1054

URL: <http://www.publikuj.org/3903>

Bogata w witaminę C, A, E i K - dzika róża pojawia się wciąż w nowych odsłonach, zarówno w kosmetyce jak i lecznictwie. Już wiadomo, że jako kosmetyk dobrze wpływa na cerę, jest idealna jako woda toaletowa i działa leczniczo na przeziębienia.

Odkryto również, że zawarty w owocach dzikiej róży galaktolipid o nazwie GOPOŽ pomaga w schorzeniach stawów. Róża jest stosowana przede wszystkim jako środek ogólnie wzmacniający, gdyż stanowi bogate źródło witaminy C, ale wykorzystywana jest również pomocniczo w leczeniu różnych schorzeń.

Badania skandynawskich naukowców wykazały, że proszek ze specjalnej odmiany dzikiej róży Rosa canina L korzystnie wpływa na stan naszych stawów. Jako pierwszy działanie dzikiego krzewu na własne schorzenia reumatyczne przetestował Eric Hansen cierpiący na ostre bóle ramion. Sam zbierał owoce dzikiej róży, suszył, mielił i zażywał do czasu, aż dolegliwości ustąpiły. Terapia trwała miesiąc i okazała się skuteczna. Bóle stawów stały się mniej uciążliwe.

To sprowokowało naukowców do szczegółowych badań nad rośliną. Okazało się, że prawidłowo przetworzone owoce dzikiej róży, w kontrolowanym procesie suszenia, w odpowiednich temperaturach (poniżej 40 stopni Celsjusza), zawierają galaktolipid o nazwie GOPOŽ. Wysoka temperatura niszczy galaktolipid, dlatego nie jest on zawarty w innych przetworach z dzikiej róży, takich jak herbata czy powidła. Proszek z owoców dzikiego krzewu róży stał się skuteczną alternatywą dla innych środków pomagających w dolegliwościach stawowych. To istotna informacja, ponieważ w samej tylko Polsce na problemy ze stawami uskarża się co piąty z nas. Narzekamy głównie na bóle kolan, które są wyjątkowo uciążliwe. Dokuczają także stawy biodrowe, nadgarstki, łokcie i barki. Problemy ze stawami utrudniają życie i przekładają się na słabsze samopoczucie, rozdrażnienie, nerwowość, a także bezsilność wobec bólu i niekiedy uzależnienia od pomocy innych.

Choroba zwyrodnieniowa stawów dotyka przede wszystkim osoby starsze. Schorzenie to staje się jednak chorobą cywilizacyjną, co oznacza, że coraz więcej, także młodych osób, ma problemy ze stawami. Wynika to z "siedzącego trybu życia" i braku ruchu, co odbija się negatywnie na naszej sprawności fizycznej i bywa jedną z przyczyn otyłości. Może to wywołać nasze problemy ze stawami bez względu na grupę wiekową w jakiej się znajdujemy.

Aktywacja: 15/04/10 13:42, odsłony: 850