



Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Collected by: Aslan Shemilov

Ингредиенты AGEL EHO

Асаи

Асаи считается одним из самых питательных фруктов джунглей Амазонки. Он содержит витамин В1 (тиамин), витамин В2 (рибофлавин), витамин В3 (никотиновая кислота), витамин С (аскорбиновая кислота), витамин Е (токоферол), железо, калий, фосфор и кальций. Также он содержит незаменимые жирные кислоты Омега 6 и Омега 9 (они очень полезны для здоровья), и множество других незаменимых аминокислот. Но что делает асаи действительно уникальным фруктом, так это высокое содержание антоцианов, которые являются очень сильными антиоксидантами. Фактически этот амазонский фрукт содержит в 33 раза больше антоцианов, чем красный виноград.



Антоцианы - это класс питательных веществ, обладающих способностью предотвращать атеросклероз (закупоренные артерии) и возмещать ущерб, наносимый организму свободными радикалами. Они считаются очень действенными при воспалительных процессах, и даже могут понижать уровень холестерина в крови. Также они играют важную роль в нейтрализации опасности заражения.

Асаи - фрукт удивительный и очень полезный для здоровья. Но что по-настоящему поразительно — это только один из 17 уникальных экзотических фруктов и растений, содержащихся в EHO, каждый из которых наполнен живительными питательными веществами.

Арония

Родиной аронии является Северо-восточная часть США. Ее маленькие темно-фиолетовые ягоды по-другому называют "черноплодная арония". Арония по своему ботаническому строению близка к чернике и клюкве, которые содержат высокий уровень антоцианов и флавоноидов (очень сильные антиоксиданты). Ягоды аронии содержат в 5 раз больше этих компонентов, чем клюква.



Арония полезна при гипертонической болезни (для поддержания нормальной проницаемости и эластичности стенок кровеносных сосудов), различных кровотечениях (при повышенной свертываемости крови), сахарном диабете, заболеваниях почек, скарлатине, ревматизме, аллергических состояниях, гепатитах, отравлениях и многих других недомоганиях. Употребление аронии снижает содержание холестерина в крови у больных атеросклерозом. Плоды и сок аронии, хорошо сохраняющие витамины, повышают защитные силы организма,

возбуждают аппетит, увеличивают кислотность и переваривающую способность желудочного сока.

Антиоксиданты очень важны в современной повседневной жизни, в которой мы постоянно подвергаемся стрессам. Антиоксиданты представляют собой особые вещества, которые исправляют урон, наносимый клеткам организма, и нейтрализуют свободные радикалы, отдавая им свои электроны. Организм обладает своими собственными механизмами борьбы со свободными радикалами, но они могут быть значительно ослаблены из-за постоянных стрессов и возрастающего загрязнения окружающей среды. Следовательно, для того чтобы быть здоровым, необходимо дополнять наш рацион антиоксидантами. К счастью, антиоксиданты в изобилии присутствуют в свежих фруктах и овощах, которые составляют существенную часть здорового питания. Однако часто мы заменяем прием свежих фруктов и овощей "пустыми" калориями, поэтому нам совершенно необходимо употреблять пищевые добавки, богатые антиоксидантами.

Ацерола

Ацерола (гранатолистная мальпигия) - это фрукт, напоминающий по форме вишню, который был распространен с полуострова Юкатан по всей Южной Америке. Самые большие плантации в настоящее время находятся в Бразилии. Этот фрукт один из самых богатых в мире по содержанию витамина С и это является причиной того, почему он играет важную роль в народной медицине Южной Америки. Содержание каротина в ацероле сравнимо с морковью, а также она является хорошим источником магния и витаминов группы В: никотиновой и пантотеновой кислоты, витамина В1 (тиамина) и витамина В2 (рибофлавина).



Витамин С жизненно необходим нашему организму. Он выполняет множество биологических функций, включая образование и функционирование коллагена (основной белок кожи и соединительных тканей), отвечает за полноценную работу печени и надпочечников, укрепляет иммунитет, а также является сильным природным антигистаминным веществом. Однако его важнейшими функциями являются роль антиоксиданта и способность помогать организму противостоять стрессам. Внешняя среда переполнена стрессами и загрязнениями, что заставляет наш организм выдерживать колоссальную нагрузку для поддержания здоровья. В городских условиях мы постоянно находимся в опасности заражения и болезни, поэтому прием дополнительного витамина С может служить великолепной помощью для нашего организма. Витамин С рекомендуется принимать для профилактики вирусных, инфекционных, сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, а также для ускорения кожной регенерации.

Клюква

Североамериканская клюква имеет длинную и выдающуюся историю. Она не только была источником пищи, но также использовалась в ритуалах и лечебных целях. Клюква богата



питательными веществами и из-за своих полезных свойств долгое время являлась предметом внимательного изучения.

Клюква обладает способностью защищать мочеполовую систему от инфекций. Она содержит компоненты проантоцианидина, которые предотвращают размножение бактерий в клетках мочеполовой системы. Клюква содержит множество антиоксидантов, а также имеет противораковые и противовоспалительные свойства. Клюква содержит такие мощные фенольные антиоксиданты как антоцианы, которые обеспечивают ее лечебные свойства. Фенольные антиоксиданты также увеличивают уровень "хорошего" холестерина и уменьшают уровень "плохого", снижая потенциальный риск заболевания атеросклерозом. Резвератрол, найденный в клюкве в натуральном виде, обладает противоопухолевым действием. Резвератрол подавляет распространение опухолевых клеток и запускает их апоптоз (программную смерть). Также резвератрол обладает противовоспалительными и антиоксидантными свойствами.

Плоды клюквы отличаются освежающими и тонизирующими свойствами, улучшают работу желудка и кишечника, обладают жаропонижающим действием, в связи с чем их рекомендуют применять при гриппе и высокой температуре. Клюква способствует более полному усвоению пищи, стимулирует функцию поджелудочной железы и печени, снижает артериальное давление, обладает противомикробными свойствами. Клюкву часто называют болотным виноградом, однако это сравнение не в пользу винограда, поскольку считается, что по числу ценных органических соединений клюква его превосходит.

Черника

Продолжая рассматривать замечательные свойства каждого из 17 различных фруктов и растений в ЕХО, становится чрезвычайно интересно осознавать, насколько уникален этот продукт. Теперь давайте рассмотрим чернику.

Черника - многолетний кустарник, распространенный в Европе, Западной Азии и Северной Америке. На Руси ее называли "росяная ягода" или "вороний глаз".

Веками европейские знахари использовали чернику для лечения многочисленных недугов и болезней: инфекций мочеполовой системы, диареи, "куриной слепоты" и многих других. Большой интерес к свойствам черники был проявлен во время Второй Мировой Войны, когда летчики Военно-воздушных Сил Великобритании обратили внимание на значительное улучшение возможности видеть ночью после употребления черники до выполнения военных заданий. Последующие исследования подтвердили, что черника является мощным источником антиоксидантов, и этот факт объясняет ее замечательные целительные возможности. В настоящее время черника стала очень популярной пищевой добавкой и часто используется при лечении различных проблем, связанных со зрением, таких как катаракта, "куриная слепота" и атрофия зрительных нервов.



Исследователи обнаружили в чернике обилие антоцианов, ответственных за большинство лечебных свойств этой ягоды. Антоцианы являются мощными антиоксидантами и играют

важную роль в поддержании целостности кровеносных сосудов. Они предотвращают атеросклероз (закупорку сосудов) во многих наших жизненных органах. Это является причиной того, почему они столь полезны при профилактике сердечно-сосудистых заболеваний, зрительных нарушений и при восстановлении организма после хронических заболеваний.

Голубика

Голубика по своим свойствам близка к чернике и клюкве. Ее родиной является Северная Америка. Коренные жители веками использовали голубику в качестве вкусной еды и лечебного средства. Как и ее родственницы, голубика богата антиоксидантами, антоцианами, калием, кальцием, витаминами А, С и Е, фолиевой кислотой и клетчаткой. Исследователи из Американского Центра Питания Человека выяснили, что голубика содержит антиоксидантов больше, чем 40 свежих фруктов и овощей.



Последние исследования показали, что голубика очень полезна для замедления процессов старения, что объясняется высоким содержанием антиоксидантов в этой ягоде. Также голубика способна замедлить образование "плохого" холестерина, таким образом, помогая организму избежать сердечных недугов. Также как черника, голубика улучшает зрение и уменьшает напряжение глаз.

Кроме того, употребление ягод голубики способствует повышению прочности и уменьшению проницаемости кровеносных капилляров, усвоению витамина С, регулирует работу некоторых желез внутренней секреции. Биологически активные соединения, содержащиеся в ягодах голубики, обладают сосудорасширяющим, противоатеросклеротическим, противоопухолевым и радиозащитным действием. Ряд соединений проявляет желчегонное, мочегонное, капилляроукрепляющее и противовоспалительное действие. В голубике содержится значительное количество витамина К1, играющего очень важную роль в процессах свертывания крови.

В ягодах голубики, также как в ягодах черники и клюквы, содержится биологически активное вещество, называемое резвератрол. Этот компонент подавляет распространение опухолевых клеток и запускает их апоптоз (программную смерть). Также резвератрол обладает противовоспалительными и антиоксидантными свойствами.

Хотя голубика не является лекарством, она содержит множество биологически активных веществ, которые помогают нам жить хорошей и здоровой жизнью. Голубика является важным компонентом ЕХО, действуя синергетически с остальными 16 экзотическими фруктами и растениями для создания уникального продукта с исключительной пользой для здоровья человека.

Гранат

У граната обширная история использования в качестве лекарственного плода. Первые исторические сведения о



выращивании гранатовых деревьев датируются 3000 лет до нашей эры. Легендарные лечебные свойства граната сделали его предметом множества мифов, эпопей и работ известных людей искусства, включая Рафаэля, Сезана, Гомера и даже Шекспира. В разных культурах мира этот великолепный фрукт почитался как символ здоровья, изобилия и возрождения. Его родиной является Средний Восток, но спустя годы он стал популярной сельскохозяйственной культурой по всему миру.

Плоды граната обладают общеукрепляющим, стимулирующим, противовоспалительным, противопаразитарным, болеутоляющим, вяжущим, кровоостанавливающим, антигельминтным, жаропонижающим и ранозаживляющим действием. Также гранат является ценным источником калия, витамина С и полифенолов. Многолетнее восхваление целительных свойств граната скорее всего является результатом его превосходной противокислительной способности. В настоящее время ученые доказали, что антиоксиданты являются необходимым условием здоровой жизни. Они отвечают за профилактику ишемической болезни сердца (закупоренных сердечных сосудов) и даже предотвращают некоторые биологические процессы, такие как причины рака и старение.

Нони

Нони - это вечнозеленое растение, произрастающее в Малайзии, Австралии и Полинезии. В древних Аюрведических текстах, написанных на санскрите тысячи лет назад, есть упоминание о его исцеляющих свойствах. Нони использовался для лечения множества болезней в самых различных культурах, но только недавно были обнаружены биологически активные ингредиенты, которые отвечают за его исцеляющий эффект.



Научные исследования, проведенные в последние десятилетия, подтверждают легенды полинезийцев в том, что это растение обладает необычайной лечебной силой. Ученые установили, что соку нони присущи антибактериальные, противовоспалительные, болеутоляющие, противоотечные, гипотензивные и противораковые свойства. Это позволяет использовать нони как натуральное лечебное средство для снижения кровяного давления, уменьшения опухания суставов, подавления внутренних и внешних инфекций, уменьшения гиперемии и даже профилактики рака.

В плодах нони ученые обнаружили большое количество проксеронина, предшественника биологически активного вещества, называемого ксеронин. Проксеронин поступает в организм вместе с употреблением фрукта и в пищеварительном тракте преобразовывается в ксеронин, впоследствии поглощаясь организмом. Ксеронин играет жизненно важную роль в правильном синтезе и функционировании белков, что совершенно необходимо для здоровья каждой клетки организма. Ксеронин оказывает большое влияние на многочисленные органы и клеточные процессы, улучшает ряд потенциальных возможностей человеческого организма.

Список болезней, которые были вылечены с помощью нони в течение тысячелетий, длинный и исчерпывающий. Поэтому во многих культурах нони считался "панацеей" от всех болезней. Конечно, в нашем сложном технократическом обществе трудно утверждать подобное. Тем не менее, опираясь на тысячелетний опыт, можно совершенно обоснованно говорить о том, что нони обладает многочисленными целебными свойствами.

Дереза

Дереза китайская культивируется в Китае, Японии, на Яве, Гавайских островах, в Европе и Центральной Азии. Растет на дорогах, в каменистых расщелинах, на сухих склонах предгорий и гор до 2500 м над уровнем моря.

Дереза китайская является альтернативным источником биологически активных веществ (лицина, бетаина, холина, рутина, витамина С, линолевой кислоты и даукостерина). Биологически активные вещества растения оказывают общеукрепляющее и мягкое тонизирующее действие. В западноевропейской медицине используют сушеные ягоды и корни как тонизирующее, от лихорадки и ревматизма; кору как тонизирующее, антиастматическое и противотуберкулезное. В Японии листья добавляют в чай.



Ягоды дерезы обладают выраженным общеукрепляющим эффектом, улучшают зрение, снимают головные боли и головокружение, благотворно действуют на кровеносную и нервную систему, нормализуют работу почек и печени, укрепляют легкие, уменьшают количество холестерина и триглицеридов в крови и печени, нормализуют уровень сахара крови, предотвращают преждевременное старение. Оказывают антигиперхолестеринемическое, антигиперлипидемическое, антигипергликемическое, антиоксидантное, противоопухолевое, питательное, тонизирующее, гипотензивное, стимулирующее иммунитет действие.

Руйбус

ЕХО является очень эффективной смесью 17 высококонцентрированных экзотических фруктовых пюре и растительных экстрактов со всего мира. По отдельности они обладают превосходными противоокислительными способностями, но комбинированная смесь дает экстраординарный результат. Теперь давайте рассмотрим растительный компонент ЕХО — красный чай руйбус.

Красный чай является кустарником, произрастающим возле гор Западного Мыса Южной Африки. Более 300 лет назад жители этих гор начали собирать руйбус и заваривать из него чай. За время трех прошлых столетий руйбус использовался



во многих культурах для различных лечебных целей. Он содержит множество натуральных антиоксидантов, в отличие от черного чая не содержит кофеина и обладает очень низким уровнем танина. Также руйбус содержит много полифенолов (флавиноидов и фенольных кислот). Высокая концентрация антиоксидантов в руйбусе делает его очень полезным растением при лечении множества болезней. Южноафриканские знахари часто используют его при лечении беспокойства и бессонницы, потому что руйбус влияет на метаболизм ацетилхолина. В других культурах он используется для лечения аллергий, снижая активность гистамина. Вдобавок, он избавляет младенцев от коликов, снимая спазматические расстройства в желудке.

Руйбус содержит магний, который необходим для здоровья нервной системы. Также употребление руйбуса увеличивает способность организма усваивать железо. Еще он содержит калий и медь, необходимые для метаболических процессов. Руйбус может снимать нервное напряжение и смягчать депрессию, поэтому используется как натуральное успокоительное. Он помогает контролировать аппетит, таким образом способствуя похудению.

Виноград

С давних времен виноград использовался как лечебное средство. Позже это направление развилось в самостоятельную науку, называемую ампелотерапия - лечение виноградом. В середине XIX столетия оно применялось в Швейцарии, Германии, Франции, Италии, Венгрии, Австрии, несколько позже - в России.



Виноград относится к группе растений наиболее ценных для человека. Зрелые ягоды винограда содержат до 1,5% минеральных веществ. Они представлены макро- (калий, натрий, кальций, магний, фосфор, сера) и микроэлементами (железо, медь, цинк, алюминий, хлор, йод). В состав ягод винограда входит 16 аминокислот, в том числе семь незаменимых, которые составляют по содержанию 0,5% и более. Кроме того, в ягодах винограда находятся ароматические вещества, которые обладают антибиотическим действием. Ягоды винограда способствуют выведению из организма ионов тяжелых металлов, радиоактивных изотопов стронция, кобальта, других радиоактивных элементов и токсинов, улучшают работу кишечника.

Виноград по содержанию аскорбиновой кислоты не уступает ряду плодовых культур. Кроме того, в ягодах винограда содержатся витамины А, В1, В2, В6, РР и другие. В виноградных ягодах содержится много воды, углеводов, органических кислот, азотистых веществ. Сахара состоят из глюкозы, фруктозы, лактозы и мальтозы, которые легко усваиваются человеческим организмом и дают много энергии. Благоприятно влияют на человека органические кислоты, которых в винограде большое разнообразие: яблочная, винная, лимонная, кремниевая, янтарная, щавелевая, салициловая, пектиновая, муравьиная, галловая. Они положительно влияют на жировой обмен, снижают уровень холестерина и общих липидов в крови.

Алоэ-вера

Легендарное алоэ с его целебными свойствами известно всем. У многих воспоминания детства связаны со столетником алоэ, стоявшим на окне, которым наши бабушки кормили нас для повышения иммунитета.



Алоэ-вера содержит более 200 питательных компонентов, включая 20 минералов, 18 аминокислот, в том числе почти все незаменимые аминокислоты, которые напрямую связаны с регенерацией клеток и которые не вырабатываются организмом человека. Ежедневное употребление алоэ-вера не только поможет пищеварению и усвоению питательных веществ, наполнит организм витаминами, минералами и аминокислотами, но и будет способствовать здоровому образу жизни.

Алоэ-вера активизирует системы самоочистки организма, выводит шлаки и токсины, обладает сильным противовоспалительным и фунгецидным (противогрибковым) действием, очищает и расширяет капилляры и вены, улучшает региональное кровообращение, способствует быстрому заживлению язв и ран, стимулирует моторную и секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта, снижает кровяное давление и холестерин в крови, повышает устойчивость к инфекционным и онкологическим заболеваниям, нормализует общий обмен веществ. Позитивное влияние на организм при употреблении алоэ-вера очень обширно и разнообразно, поэтому неудивительно, что его стали называть "волшебным растением".

Бузина

Бузина - это небольшой кустарник семейства жимолостных с черно-фиолетовыми плодами, распространенный в Европе, Северной Америке и Азии. Традиционно бузина использовалась для начинки пирогов и изготовления вина. Она содержит высокую концентрацию из более 60 различных антиоксидантов. Благодаря такой насыщенности антиоксидантами, она очень эффективна в поддержке оптимального здоровья сердечнососудистой и иммунной системы. Плоды бузины содержат до 50 мг аскорбиновой кислоты, каротин, дубильные вещества, карбоновые кислоты и аминокислоты.



В средние века бузину считали священным деревом. В книгах XVII века по естествознанию ей приписывали необыкновенную целебную силу, считали (и это подтверждалось опытом столетий), что ежедневное употребление ягод бузины продлевает жизнь, дарит молодость. Бальзам из цветов бузины представляет огромную лечебную ценность, так как является естественным растительным гормоном. Этот бальзам был столь ценным, что его отправляли с послами в качестве одного из самых дорогих подарков. Считается, что через неделю приема препаратов бузины из ауры больного человека исчезают черные и темно-серые тона.

Чернослив

Чернослив - это сушеная черная слива. Рост популярности чернослива в последние годы обусловлен его полезными свойствами. Чернослив в два раза эффективнее борется с заболеваниями сердечнососудистой системы, нежели другие натуральные средства, и является абсолютным чемпионом по содержанию антиоксидантов, которые повышают иммунитет, сопротивляемость организма в неблагоприятной экологической обстановке, оказывают детоксицирующее действие по отношению к солям тяжелых металлов. Он обладает уникальной способностью поглощать свободные радикалы, которые вырабатываются в ходе обмена веществ самим организмом.



Гипертоникам рекомендуют "черносливовую диету", способствующую нормализации давления. Обилие балластных веществ помогает регулировать обмен веществ и работу желудочно-кишечного тракта. Антибактериальное действие сушеной сливы не уступает по эффективности медицинским препаратам. Чернослив богат витаминами и минералами, имеет длительный срок хранения и не требует хранения в холодном месте.

Гак

Гак - большой темно-красный колючий плод, растущий на длинных лозах в Юго-восточной Азии. В масле гака находится бета-каротин в 2 раза больше, чем в масле печени скумбрии, в 15 раз больше, чем в моркови. Бета-каротин препятствует процессу старения и способствует выработке в организме витамина А. Масло, изготовленное из плодов гака, содержит также ликопин. Это каротиноид, задерживающий старение и обезвреживающий 75 % веществ, вызывающих рак. Это единственный каротиноид, способный предотвратить инфаркт.



Также в масле гака содержится витамин F - вещество, помогающее укреплению стенок кровеносных сосудов, предотвращающее сердечнососудистые заболевания, уменьшающее количество холестерина в крови. Еще в масле гака содержится также кислота Omega 9, способствующая развитию нервной системы, - вещество, особенно полезное детям и женщинам в период беременности и кормления грудью.

Облепиха

В качестве лекарственного растения облепиха использовалась с давних времен. Сведения об использовании облепихи встречаются в трудах древнегреческих ученых и писателей. Плоды и листья применялись в тибетской медицине. В плодах (семенах) облепихи содержатся ненасыщенные жирные кислоты, органические кислоты, дубильные вещества, флавоноиды, витамины С, В1, В2, В6, Р, никотиновая и фолиевая кислоты, каротин, микроэлементы.



Облепиха - беспорный чемпион по содержанию витамина Е, природного антиоксиданта, препятствующего старению организма. Экстракт семян облепихи обладает питательным, противовоспалительным, регенерирующим и биостимулирующим действием. Он смягчает кожу, повышает ее упругость и защищает от свободных радикалов. Облепиховое масло обладает болеутоляющим эффектом, заживляющими, противовоспалительными свойствами.

Мангустан

Мангустан - фиолетовый фрукт, похожий по форме на ядро. Под толстой кожурой находится мякоть, похожая по виду на мед. Мангостан сладкий по вкусу и напоминает по запаху виноград или персик. Плоды мангостана относят к одним из самых вкусных в мире, но вот культивируют его на ограниченных площадях и, прежде всего, в Таиланде, где в общей сложности плантации деревьев мангостана занимают более 9 тысяч га. Выращивают мангостан и на Филиппинах, в Индонезии, Малазии, Мьянме, Шри-Ланке, Гондурасе.



Лечебные свойства мангостана были известны народам Азии еще несколько веков назад. Благодаря своим целебным свойствам этот фрукт называют "пищей Богов". Недавно проведенные научные исследования заставили обратить всеобщее внимание на это экзотическое растение из-за потрясающих биологически активных свойств этого относительно нового класса компонентов, называемых ксантонами. В настоящее время в природе существует более 200 видов ксантонов, 40 из которых содержатся в плодах мангостана. Исследования подтверждают предположение, что именно высокая концентрация ксантонов в мангустане является основным источником полезных свойств этого фрукта.

Ксантоны обладают огромным количеством биоактивных свойств. Некоторые ученые, проведя лабораторные исследования, поставили на первое место способность ксантонов воздействовать на различные бактерии. Другие ученые в своих лабораторных исследованиях определили, что мангустан обладает высоким антиоксидантным действием. Кроме того, многочисленные исследования показывают, что ксантоны наиболее эффективны при торможении биохимических механизмов, приводящих к воспалениям.