

RESWERATROL pigułka na zdrowsze i dłuższe życie?

RESWERATROL pigułka na zdrowsze i dłuższe życie?

Na całym świecie, coraz częściej mówi się o nadchodzącej prawdziwej rewolucji w leczeniu wielu chorób. Wskazują na to liczne artykuły promowane w poważnych pismach naukowych 'Nature' czy 'Science.'



Prestiżowe uczelnie takie jak MASSACHUSETTS INSTITUTE OF TECHNOLOGY czy HARVARD MEDICAL SCHOOL sugerują za pośrednictwem dokonań swoich naukowców, a także ich dorobkiem naukowym, że przyczyną tej rewolucji jest substancja o nazwie **resweratrol**, czyli polifenol znajdujący się między innymi w **rdeście japońskim**, winogronach czy też orzeszkach ziemnych.

David Sinclair, biolog molekularny z Harvard Medical School przeprowadził badania między innymi na zwierzętach, polegające na aplikowaniu resweratrolu muchom, myszom czy też komórkom drożdży. Wniosek z tych doświadczeń okazał się fascynujący - **resweratrol** przedłużał długość życia zarówno zwierzętom jak i komórkom, na których prowadzone były badania.

Dzięki innowacyjnym wynikom, eksperymenty prof. Davida Sinclair'a zdobyły światowy rozgłos. Podczas jednej z prób, myszy poddano zabójczej diecie, której skład w 60% opierał się na podawaniu im kalorii pochodzących z tłuszczu. Zwierzęta z grupy badanej bez pomocy resweratrolu, nie przeżyły tej próby i po kilku miesiącach zmarły. Przyczyną takiego stanu rzeczy było odtłuszczenie wątroby. Dla porównania, gryzonie, którym aplikowano wysoką dawkę resweratrolu nie dość, że przeżyły, ale dodatkowo ich wątroby pozostały zdrowe.

Do tej pory uważano, co zresztą słusznie, że jedynym skutecznym sposobem przedłużenia życia jest ograniczenie spożycia nadmiernej ilości kalorii. Dowiodły tego liczne eksperymenty przeprowadzane także na zwierzętach naczelnych. Wyniki wyraźnie potwierdziły, że gatunki badane za pomocą tej diety są żywsze, energiczne, zdrowsze, rzadziej zapadają na choroby nowotworowe, mają gęste futro, żyją dłużej i lepiej się prezentują.

Temperatura zwierząt u których zastosowano dietę spadła o 0,5 stopnia, a zaoszczędzona w ten sposób energia spożytkowana jest na „odbudowę” szkód w organizmie. Dobrodziejstwo ograniczania jedzenia czy nawet stosowania postu dotyczy także ludzi.

Zdaniem naukowców zażywając **resweratrol** nie trzeba stosować drastycznych diet ograniczających w znaczy sposób jedzenie czy też głodówek, aby osiągnąć ten wspaniały rezultat „odbudowy uszkodzonych komórek organizmu”.

Badania zarówno amerykańskie, kanadyjskie jak i japońskie wykazały, że osoby pijące czerwone wino (zawiera resweratrol) są o 60% mniej podatne na zawał i udar mózgu, a o 50% na choroby nowotworowe.

Obecnie dostępna literatura podparta badaniami przeprowadzanymi na ludziach i zwierzętach mówi o rodzaju działań i przypadkach stosowania **resweratrolu**:

- Ochronia naczyń krwionośne poprzez opóźnianie, a nawet zahamowanie utleniania lipoprotein o niskiej gęstości LDL czyli złego cholesterolu, hamowanie procesu agregacji płytek krwi, zmniejszanie masy zakrzepów, spowalnianie procesu umierania komórek mięśni gładkich, zwiększanie poziomu tlenu azotu który - w świetle najnowszych badań - wpływa na pracę całego układu krwionośnego, likwidację stanów zapalnych, likwidację złogów cholesterolowych w układzie naczyniowo - żylnym, wzmocnienie ścian naczyń krwionośnych,
- Hamowanie procesów komórkowych związanych z inicjacją powstawania guzów nowotworowych i ich rozwoju,
- Zmniejszanie tempa rozpadu włókien kolagenowych w skórze, ścięgnach i więzadłach stawowych

- Zapobieganie przedwczesnemu starzeniu się organizmu w efekcie czego – jest to najlepszy w tej chwili związek z grupy anti-aging.
- Zmniejszenie skutków niesprawności związanych z występowaniem chorób układu podporowoo – ruchowego
- Zmniejszanie procesów chorobowych przyzębia – chroni tkanki przed węglowodorami znajdującymi się w dymie tytoniowym,

Resveratrol, podobnie jak astaksantyna jest jedną z niewielu substancji przenikających przez barierę „krew – mózg” a to oznacza, iż jest w stanie chronić przed wolnymi rodnikami również komórki mózgu.

Zastosowanie Resveratrolu: profilaktyka i leczenie schorzeń układu sercowo – naczyniowego, chemoprewencja – zapobieganie chorobom nowotworowym, wspomaganie leczenia chorób reumatycznych, profilaktyka i leczenie w geriatric, łagodzenie konsekwencji sytuacji traumatycznych, stresów, leczenie różnorodnych schorzeń o podłożu zapalnym, w poprawie i usprawnianiu procesu pamięci, w uszkodzeniach siatkówki u chorych na cukrzycę.

Ku przestrodze, należy dodać, że dobrodziejstwo czerwonego wina absolutnie nie oznacza braku umiaru w kwestii jego stosowania. Nadmiar, a więc wypicie powyżej czterech kieliszków dziennie powoduje reakcje wręcz odwrotne czyli może być szkodliwe, znacznie wzrasta ciśnienie krwi, może pojawić się poważne schorzenie wątroby, niszczone są komórki nerwowe. Zatem jedynym rozwiązaniem w tej sytuacji jest sięgnięcie po kapsułkę z tym wspaniałym suplementem co jest w pełni bezpieczne i nie niesie ze sobą żadnych skutków ubocznych.

Autor: Beata Iwanicka

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl