

Zimny poranek, zimna noc, a w ciągu dnia ciepło, i jak tu nie zachorować? No właśnie – dr Jerzy Jambor –Okres późnego lata i wczesnej jesieni, to czas sprzyjający tzw. chorobom z przeziębienia. W większości przypadków to są schorzenia, które wynikają z osłabionej odporności. A skąd ta osłabiona odporność? Z tego, że łykamy zbyt dużo leków, przyjmujemy zbyt dużo antybiotyków, a wiadomo, że w wyniku nadużywania antybiotyków następuje obniżenie odporności. Poza tym za bardzo wygrzewamy się na słońcu ...

Czy słońce osłabia nas?

Nie osłabia nas, kiedy opalamy się z umiarem.

Czym wzmocnić odporność organizmu?

Jeżeli chodzi o świat roślin, to aloes jest jedną z najwartościowszych roślin wzmagających siły odpornościowe organizmu. Jest to roślina o bardzo silnych właściwościach immunostymulacyjnych. W ostatnich latach w wielu krajach na świecie były prowadzone badania, które w sposób jednoznaczny potwierdziły te właściwości aloesu. Z tym, że aloesy są różne. Mamy ich ponad trzysta sześćdziesiąt gatunków. Aloes drzewiasty w Polsce jest tą podstawową rośliną stosowaną w celu wzmocnienia układu immunologicznego.

Jest jeszcze druga roślina, która rośnie w Europie, rośnie także na plantacjach w Polsce, jeżówka purpurowa. Uważamy, że jest to roślina typu ostroga, która jest szczególnego rodzaju bodźcem dla organizmu ...

Że ten się spina...

Tak, spina się i jest w stanie przezwyciężyć infekcje wirusowe, czy bakteryjne. No tak, plantacji jeżówki purpurowej sobie nie założę, nawet w doniczce jej nie posadzę ...

Ale w ogródku można. Ja sam mam przy domu mikroplantację jeżówki purpurowej.

A ja mam mnóstwo przepisów na zdrowie i aloes w doniczce na oknie.