



(GCCNature)Super food

الجرافيولا (GCCNature) Graviola

ماهو الجرافيولا (GCCNature)

هي شجرة صغيرة دائمة الخضرة . وتستخدم الأوراق والثمار والبذور و الساق للأغراض الطبية. تتواجد شجرة الجرافيولا هذه الفاكهة الإستوائية في الغابات المطيرة في أفريقيا وأمريكا الجنوبية، وجنوب شرق آسيا و اسمها العلمي هو اننونا موريكاتا. و اشتهرت الجرافيولا حول كونها مقاومة للسرطان . و للجرافيولا عدة أسماء حيث تسمى أيضاً القشطة الشائكة أو جوانا بانا Guanabana و هي من نفس عائلة الباو باو البرازيلي Paw Paw.

فوائد الجرافيولا (GCCNature)

- 1- الجرافيولا غنية بالكثير من الخواص العلاجية، والفوائد العظيمة، فهي غنية بالكثير من العناصر الغذائية الهامة لصحة الإنسان كالثيامين والألياف، كما تتميز بخصائصها الوقائية والعلاجية للكثير من الأمراض، وخصوصاً الأمراض المتعلقة بالمناعة، فهي تقوي جهاز المناعة، وتزيد من قدرة الجسم على مقاومة الأمراض. كما تعد مصدراً غنياً بفيتامين (C) الذي يقي من نزلات البرد والإنفلونزا وخاصة في موسم الشتاء، حيث تكثر فيه الأمراض المناعية.
- 2- تحتوي على نسبة عالية من مضادات الأكسدة تحتوي على مضادات تساعد على تحييد المركبات التي تسمى الجذور الحرة، والتي تسبب أضراراً في خلايا الجسم.
- 3- تُساهم في مكافحة البكتيريا أظهرت بعض الدراسات امتلاك فاكهة الجرافيولا خصائص قوية مضادة للجراثيم حيث انها فعالة في القضاء على أنواع مختلفة من البكتيريا التي تُسبب أمراض الفم بما فيها السلالات التي تسبب التهاب اللثة، وتسوس الأسنان.
- 4- تساهم في مكافحة الالتهابات يعرف الالتهاب على أنه استجابة مناعية طبيعية في الجسم، إلا أنه عندما يصبح مزمناً فقد يساهم في الإصابة بالأمراض، وفي إحدى الدراسات خفضت الجرافيولا المؤشرات الالتهابية في التهاب المفاصل بشكل ملحوظ.



- 5- تُساعد على استقرار مستويات السكر في الدم .
- 6- تساهم في علاج الهربس (Herpe s) إذ إنه عبارة عن عدوى فيروسية تظهر على الأعضاء التناسلية أو الفم، وقد تكون فاكهة الجرافيوولا علاجاً بديلاً للهربس وذلك بسبب امتلاكها خصائص مضادة للفيروسات.
- 7- تساهم في خفض خطر الإصابة بالقرحة حيث تحدث القرحة عادةً في بطانة المعدة، أو المريء، أو الأمعاء الدقيقة، كما أنها تُسبب الألم في مكان الإصابة، ووفقاً لإحدى الدراسات والتي أُجريت في عام 2014، ساعدت الجرافيوولا على التئام البطانة المخاطية للمعدة، وقد ساهمت في الحدّ من حدوث التلّف في الجهاز الهضمي.
- 8- تساهم في تقليل خطر الإصابة بالسرطان بما في ذلك؛ سرطان البنكرياس، والرئة، والثدي، وسرطانات الدم والكبد ؛ حيث تحتوي فاكهة الجرافيوولا على مادة تُدعى الأسيتوجينين (Acetogenins)، والتي تُسبب موت الخلايا السرطانية دون الإضرار بالخلايا السليمة.
- 9- تساهم في خفض ضغط الدم: حيث أنّ فاكهة الجرافيوولا تساعد على خفض ضغط الدم، وتوسيع الأوعية الدموية.
- 10- تعمل على تحفيز الامعاء وتزيد من قدرتها على طرح الفضلات وبتالي تخليص الجسم من الفضلات .

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

طحلب الاسبيرولينا (Spirulina)

ما هو طحلب الاسبيرولينا GCCNature

الاسبيرولينا هو عبارة عن نوع من الطحالب، لونها أخضر مائل للزرقة، وتنمو في الطبيعة في المحيطات والبحيرات المالحة في المناخات شبه الإستوائية. تعتبر الاسبيرولينا اليوم من الأغذية الخارقة لغناها بالأصباغ النباتية وقدرتها العالية على اداء عملية التمثيل الضوئي. وتتميز بأنها تحتوي على أكثر من 100 عنصر غذائي متوازن يجعلها توصف بأنها أكثر مصادر التغذية العضوية الكلية الكاملة، وتحتوي على الأحماض الأمينية التي تتراوح ما بين 65 - 71% بروتين كامل، ويعادل أكثر من 3 - 4 أضعاف السمك أو اللحم الذي يحتوي من 15 - 20%، وأكثر 20 ضعفاً من فول الصويا، كما تحتوي على فيتامينات A، D، E، ومجموعة فيتامين B، وتحتوي على مركب البيتا كاروتين بوفرة أكثر من 25 ضعفاً الموجود بالجزر الطازج، وأكثر من 40 ضعفاً الموجود بالسبانخ، كما تحتوي على فيتامين E أكثر 3 مرات من جنين القمح، وتحتوي على عدد كبير من الصبغيات المهمة مثل: الكلوروفيل والبيتا كاروتين وزياكسانثين وكربيتوكسانثين، كما توجد مجموعة كبيرة من الأملاح المعدنية مثل: البوتاسيوم، الكالسيوم، الكروم، النحاس، الحديد، المغنسيوم، المنجنيز، الفوسفور، السيلينيوم، الزنك، الصوديوم، وتحتوي على الحديد أغنى 58 ضعفاً من السبانخ، و28 مرة من كبد البقر الطازج. بتناولك شيء يسير من الاسبيرولينا تحصل على فائدة تعادل مئات الكيلوغرامات من الخضروات والفواكه، فهذا هو السر، أنك تتناول كمية صغيرة وتحصل على فائدة كبيرة جداً.





فوائد طحالب الاسبيروлина GCCNature

- الأمم المتحدة ومنظمة الصحة العالمية من أكثر المهتمين بالاسبيروлина ، وهنا أذكر لك بعض تصريحات (الأمم المتحدة)، و(منظمة الصحة العالمية) حول الاسبيروлина :
- «أعلن مؤتمر الأمم المتحدة العالمي للأغذية؛ لعام (1974) أنها أفضل غذاء للمستقبل».
- «بالنسبة لمنظمة الصحة العالمية فإنّ (إسبيروлина) تمثّل غذاءً مهماً لأسباب متعددة: غنية بالحديد والبروتين، وبالإمكان إعطاؤها للأطفال دون أي خطر؛ ونحن في منظمة الصحة العالمية ننظر بأنها غذاء مناسب للغاية».
- «هناك حاجة لكل من الحكومات الوطنية، والمنظمات الحكومية الدولية؛ لإعادة تقييم إمكانات الإسبيروлина لتوفير الأمن الغذائي والاحتياجات الخاصة بها، وكذلك كأداةٍ لجهود الاستجابة لحالات الطوارئ والتنمية في الخارج».

تحتلّ السبيروлина بمزايا عديدة جدا حولتها فعلا من التواجد على عرش الأغذية الخارقة وذات الفائدة:

1. الاسبيروлина(GCCNature) غنية بالفيتامينات والمعادن/
تحتوي ملعقة واحدة من مسحوق السبيروлина المجففة التي تعادل 7 غرامات تقريبا كمية هائلة من الفيتامينات والمعادن.
البروتين: 4 غرام.
فيتامين 1B (الثيامين): 11 ٪ من حاجة الجسم اليومية.
فيتامين 2B (ريبوفلافين): 15 ٪ من حاجة الجسم اليومية.
فيتامين 3B (النياسين): 4 ٪ من حاجة الجسم اليومية.
النحاس: 21 ٪ من حاجة الجسم اليومية.
الحديد: 11 ٪ من حاجة الجسم اليومية.
كما أنها تحتوي على كميات مهمة من المغنيسيوم، البوتاسيوم والمنغنيز.
كل هذه الفائدة تأتي مع 20 سعرة حرارية فقط و1.7 غرام من الكربوهيدرات القابلة للهضم.
تعتبر نوعية البروتين الموجود في سبيروлина ممتازة، تماما كالبيض، حيث يحتوي على جميع الأحماض الأمينية الأساسية التي يحتاجها الجسم.



2. الاسبيروлина (GCCNature) غنية بمضادات الأكسدة / مع مرور الوقت تمر الخلايا بعمليات تأكسدية بفعل الجذور الحرة فيها، هذه العمليات تهدد الحمض النووي والخلايا بالضرر، الذي بدوره قد يؤدي إلى الإصابة بالتهابات خطيرة، سرطانات أمراض الشيخوخة وغيرها.
تحتوي سبيروлина على عنصر نشط رئيسي يدعى (phycocyanin)، وهو عبارة عن مادة مضادة للأكسدة وبالتالي مضادة للالتهابات.

3. الاسبيروлина GCCNature تجدد إعادة بناء العضلات / الضرر التأكسدي ينجم بالأساس من عمليات تجدد الخلايا وعمليات الأيض فيها، لذا فإن الرياضة قد تكون إحدى العوامل الطبيعية التي من شأنها أن تصيب العضلات بالتأكسد. الاسبيروлина تتمتع بخصائص مضادة للأكسدة، فتساعد الرياضيين في التقليل من ضرر تأكسد خلايا العضلات.

4. الاسبيروлина GCCNature يخفض مستوى الكوليسترول الضار والدهون الثلاثية / من المعروف أن أمراض القلب هي أكثر الأمراض فتكا في عصرنا اليوم، بينما عدد كبير منها ينتج عن ارتفاع مستوى الكوليسترول الضار في الدم وبالتالي ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب.
قد اتضح ما هو مثير جدا للاهتمام حول سبيروлина، حيث أنها تخفض من مستوى الكوليسترول الضار (LDL) والكل في الدم، بينما ترفع من مستوى الكوليسترول الجيد (HDL).

في إحدى الدراسات التي استهدفت من يعاني من ارتفاع في الكوليسترول، نتج أن تناول 1 غرام يومي من سبيروлина أدى إلى إنخفاض الدهون الثلاثية بنسبة 16.3% والكوليسترول الضار بـ 10.1%.
كما أكدت العديد من الدراسات الأخرى على تأثير سبيروлина هذا لكن بجرعات أكبر تصل حتى 8 غرام في اليوم الواحد.

5. الاسبيروлина GCCNature في مواجهة السرطان وسرطان الفم / بفعل احتوائها على مضادات الأكسدة تتمتع سبيروлина بتأثير مضاد للسرطان أيضا، حيث تشير بعض الأبحاث لقدرة سبيروлина على تقليل حجم الورم.
أما فيما يخص سرطان الفم، فقد أجريت إحدى الدراسات على 87 شخصا مصابا بمجموعة من التليفات المخاطية التي تعتبر آفات سرطانية. ظهر في الدراسة أنه بعد استخدام 1 غرام يوميا لمدة سنة، قلت آفات الفم بنسبة 45% لدى المصابين، بينما عادت لتنمو وتتطور مباشرة بعد التوقف عن تناولها.

6. الاسبيروлина GCCNature تقلل من أعراض التهاب الأنف التحسسي / التهاب الأنف التحسسي هو التهاب في الشعب الهوائية الأنفية، تتم إثارته بفعل مسببات الحساسية كحبوب اللقاح، شعر الحيوان، وغبار القمح.



إحدى الدراسات أجريت على 127 شخص مصاب بالتهاب الأنف التحسسي، أدى خلالها استهلاك 2 غرام من سبيرولينا يوميا لتقليل الأعراض كإفرازات واحتقان الأنف، العطس والحكة لدرجة كبيرة.

7. الاسبيرولينا GCCNature وفقر الدم/

أكثر أنواع فقر الدم شيوعا يتميز بانخفاض الهيموجلوبين أو خلايا الدم الحمراء في الدم، وهو أمر قد يتعلق أيضا بنقص الحديد في الجسم. تؤدي الإصابة بفقر الدم بالشعور بالتعب والضعف المستمرين، وهي كثيرا ما تصيب المسنين وكبار السن. في دراسة أجريت على 40 شخصا من كبار السن وذوي تاريخ من فقر الدم، زادت مكملات السبيرولينا من محتوى الهيموغلوبين في خلايا الدم الحمراء كما تحسن عمل جهاز المناعة.

8. الاسبيرولينا GCCNature وخفض سكر الدم/

في دراسة أجريت وشملت 25 مريضا مصابا بالسكري من النوع الثاني، أدى 2 غرام من السبيرولينا يوميا لانخفاض في مستوى سكر الدم إلى درجة تقلل خطر الوفاة بسببه بنسبة 21%.

9. الاسبيرولينا وجمال البشرة/

لأنها تؤخر الشيخوخة لاحتوائها على مضادات الاكسده والاحماض الامينية والمعادن المذكوره اعلاه يضمن الحصول على بشرة مشرقة، وناعم ولوجود نسب عالية من لأحماض الدهنية (الأوميغا3) في الطحالب، يجعلها مثالية للعناية بالجلد الجاف، والمساعدة في مكافحة مشاكل الجلد كحب الشباب، والأكزيما، والصدفية، إضافة لدور هذه الأحماض في منع ظهور الخطوط

الدقيقة والتجاعيد، كما يمكن للطحالب أن تساعد في زيادة إنتاج الكولاجين، والإيلاستين، مما يساعد على مكافحة التجاعيد، وإعطاء البشرة مظهراً صحياً ومشرقاً. تساعد الاسبيرولينا على التخلص من سموم البشرة وذلك عن طريق زيادة نشاط الخلايا، وتعزز نموها وتجدها، مما يساعد على علاج البشرة من الكثير من المشاكل، كما تقوم الأخيرة على زيادة عملية الأيض في الجلد، مما يحافظ على توهج البشرة، وإشراقها، إضافة لدورها في التخلص بشكل طبيعي من خلايا البشرة الجافة التي يجعلها تظهر بشكل شاحب. قناع الاسبيرولينا فيما يلي طريقة عمل قناع الطحالب لترطيب البشرة المكونات ملعقة صغيرة من بودرة طحالب السبيرولينا. نصف حبة من الموز. ربع حبة من الأفوكادوا. ملعقة صغيرة من عصير الليمون. تخلط معا وتستخدم كقناع لمدة ٢ ساعة ثم يشطف بالماء الدافئ.



10. الاسبيرولينا GCCNature فوائد اخرى/

يقوي جهاز المناعة، يرفع قاعدية الجسم، يساعد على التركيز والانتباه ، مفيد للمصابين بالإمساك، يخفف الآلام التي تسبق الدورة الشهرية للأنثى، يزيل السموم من الجسم ويظهر الجسم من البكتريا، مفيد لكبار السن فهو يقاوم التأكسد ويؤخر أعراض التقدم في السن ويقلل خطر الإصابة بهشاشة العظام، يساعد على منع النوبات القلبية، مفيد للمصابين بأمراض الدم الوراثية ، ويجعل متناوله يتمتع بالحيوية والنشاط، له تأثيرات مضادة للسرطان، كما له القدرة على مقاومة الفيروسات المسببة للإنفلونزا، الغدة النكفية، الحصبة، ويؤدي تناوله قبل الأكل بنصف ساعة تقريبا إلى خفض الوزن بينما تناوله مع الأكل أو بعده مباشرة فإن ذلك يؤدي لزيادة الوزن. تنفع كثيرا جدا في حالات سوء التغذية، وضعف الجسم. تنفع في حالة آلام المفاصل .

مفيد للمرأة المرضع التي تعاني من جفاف وقلة الحليب.

مفيدة جدا للرياضيين ولكل من يهتمون ببناء الأجسام ، لأنها غنية بالبروتين ومركبات فيتامين B.

يفيد كثير من يعانون من هشاشة العظام.

ينفع في حالات الإيدز : حيث تمتلك الأسبيرولينا قدرة على منع التصاق الفيروس بالخلايا أو اختراقها ، وبالتالي تعمل على منع انتشار العدوى إلى خلايا الجسم .

يساعد على منع انتشار مرض السرطان بجميع انواعه اضافة لدوره الوقائي المذكور اعلاه.

مفيدة لنمو المراهقين ، والأطفال.

تساعد في خفض ضغط الدم المرتفع .

تنفع الأشخاص الذين عندهم قرحة المعدة بسبب أنها تحتوي على الكلوروفيل.

يساعد على علاج بعض مشاكل العيون مثل إعتام العدسة وشبكية العين الغير طبيعية وتعالج العمى الليلي، ويساهم في علاج التهاب البنكرياس و الحصوات المرارية و مرضى الكبد والكلى فهو يمنع

الالتهابات الفيروسية المسببة لهذه الأمراض. وهناك أيضا الكثير والكثير من فوائد الاسبيرولينا

GCCNature، التي لا نستطيع حصرها ، بل ان العلماء مستمرين في اكتشاف أسرارها الصحية الكثيرة.

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

الشَّيْح (GCCNature) Artemisia

ماهو الشَّيْح (GCCNature)

جنس نباتات عُشْبِيَّة بِرِّيَّة مُعَمَّر، مُخَشَوِّبِيَّة، من الفصيلة النجمية ، ويدخل الشَّيْح في استخدامات طبية كثيرة للعناية بصحة الجسم وكذلك استخدامه للعناية بصحة الشعر والبشرة، حيث يحتوي الشَّيْح على المعادن الهامة للصحة مثل الزنك، الكبريت، المغنيسيوم، الكالسيوم والعديد من المركبات الأخرى الغنية والتي تساعد في تصحيح وظائف أجهزة الجسم بشكل لا مثيل له.

فوائد الشَّيْح (GCCNature)

- 1- يعالج أمراض الجهاز الهضمي، حيث تُستخدم أجزاء النَّبات دون الجذور لحلّ مشاكل المعدة بما فيها المغص، والإسهال، والإمساك، وتشنجات الجهاز الهضمي، وضعف الهضم، ومشاكل ديدان البطن، والقىء المستمر. كما يستخدم لتحفيز إفراز عصارة المعدة، والمادة الصفراء.
- 2- يساعد في علاج آلام الظهر، والعظام، والمفاصل، والتهاباتها الروماتيزميّة.
- 3- الشَّيْح مدرٌّ للدورة الشهرية " الطَّمْت " المنحبس عند المرأة، ويساعد على حلّ مشاكل عدم انتظام الدورة الشهرية.
- 4- ينشّط عمل الكبد ووظائفه.
- 5- تستخدم جذور نبتة الشَّيْح مع غيرها من المواد الطبيعيّة لعلاج المشاكل العقليّة والنَّفسيّة؛ كالاكتئاب، والوهن العصبي، ومرض الوسواس القهري باعتبارها مادةً مهدئة، كما تُستخدم لحلّ مشاكل الوهن، والتعب المستمر، والأرق، واضطرابات النوم والقلق؛ حيث إنّها تُعزّز الطّاقة والنشاط لدى الفرد.
- 6- في بعض التطبيقات العلاجيّة كان يتمّ حرق أوراق الشَّيْح ووضعها على نقاط الوخز بالإبر كطريقة لإطلاق الطاقة.
- 7- الشَّيْح يعالج أمراض الجهاز التنفسي مثل البلغم والربو والتهاب القصبات الهوائية.
- 8- فائدة الشَّيْح للبشرة يساعد الشَّيْح في علاج العديد من الأمراض الجلدية كحب الشباب، والتقرحات الجلدية ، ويدخل في علاج الصدفية. ويعالج بشكل كبير مرض الثعلبية وذلك من خلال حرق أوراقه ومزج الرماد مع زيت الزيتون ومن ثمّ تدهن به المناطق المصابة. كذلك يعالج التهاب الأظافر ومرض الرمذ وهو مرض يصيب العيون.



- 9- الشيخ فاتح للشهية ومعززة لعمل الدورة الدموية.
- 10- يستخدم في علاج الملاريا؛ حيث إنه يحتوي على مصدر مركب الأرتيميسينين الطبيعي، والذي تبين أن له خصائص مضادة للملاريا، باعتباره علاجاً طبيعياً ذا سُمية منخفضة وفعالية عالية لعلاج الملاريا.
- 11- للشيخ خاصية المساهمة في علاج بعض حالات السرطان؛ بسبب احتوائه على مركب مادة الأرتيميسينين التي تحارب تكوّن خلايا السرطان في الجسم البشري.
- 12- يستخدم الشيخ في صنع عقار السانتونين الذي يطرد ديدان البطن وخاصةً دودة الأسكاريس، وقد يُستخدم منقوع الشيخ كحقنة شرجية.
- 13- يساهم الشيخ في علاج داء كرون حيث أظهرت الأبحاث الأولية أن تناول عشبة الشيخ قد يُحسن من الأعراض التي يُصاب بها المرضى المصابين بداء كرون (s disease' Crohn)، كما أن هذه العشبة تُحسن المزاج، وجودة الحياة لديهم.
- 14- إمكانية المساهمة في علاج اعتلال الكلية / حيث أشارت الدراسات الأولية إلى أن تناول نبات الشيخ يُقلل من مستويات ضغط الدم، ومستويات البروتين في البول عند المرضى الذين يعانون من اعتلال الكلية .
- 15- يساعد منقوع الشيخ على تنظيم الهرمونات لدى النساء والتخلص من نمو الشعر على الوجه والتقليل من كثافته على الجسم كما انه ينظم الهرمونات لدى الرجال وينشط الغدد للتنظيم الهرموني المتوازن وتعزيز التستستيرون ويساعد على تحسين خصوبة الرجال ويحسن الرغبة الجنسية عند الرجال والنساء.
- 16- مفيد للشعر يقوم منقوع وزيت الشيخ بإنتاج مادة سائلة زيتية تحتوي على مادة القطران، والتي تساهم بدورها في حل مشكلة تساقط وجفاف الشعر خاصة عند النساء، لكن يجب استعماله بانتظام على بصيالات الشعر ليعطي نتائج بشكل فعال وقوي.
- 17- التخلص من الإلتهابات/ للشيخ فوائد عديدة في علاج الإلتهابات التي تحدث بسبب عدوى البكتيريا والفيروسات والمواد التي تنقل الجراثيم وتسبب الإلتهابات.
- 18-يساعد على تحسين عمل الدماغ والحماية من الزهايمر.
- 19- الشيخ خافض طبيعي لنسبة السكر في الدم .



(GCCNature)Super food

الغذاء الملكي (GCCNature) Royal jelly

ما هو الغذاء الملكي (GCCNature)

الغذاء الملكي يُعرّف باسم الهلام الملكي، أو عسل ملكة النحل ويستخدم فقط لرعاية ملكة النحل ويرقاتها. وهو عبارة عن سائل أبيض شفاف تستخدمه ملكات النحل كغذاء رئيسي لها، ويُفرز الغذاء الملكي من غدة صغيرة في مقدمة رأس الشغالات ويوضع في جريب صغير تنمو فيه الملكات الجديدة. وينشط الغذاء الملكي أجهزة الجسم المختلفة، ويعمل على زيادة سرعة التحول الغذائي، وهو منشط عام ومقوي للجسم يساعد في حالات الشعور بالتعب والإرهاق وفي حالات الضعف الجنسي، وينصح به لكبار السن.

لأنه يحوي على المواد المسؤولة عن تزويد الخلايا بالطاقة حيث يزود الغذاء الملكي الجسم بالمركبات الأولية التي تعيد بناء خلايا الجسم. ويحتوي على الأحماض الأمينية الأساسية بشكل حر، ليستطيع الجسم الاستفادة منها بشكل أسهل. يحتوي الغذاء الملكي على معظم الأحماض الامينية، والمعادن، والفيتامينات مثل فيتامين (ج)، ومجموعة الفيتامينات الذائبة في الدهون، ومجموعة فيتامين (ب)، ويحتوي على حامض البانتوثينك بكميات كبيرة. ويحتوي على مجموعة كبيرة من السكريات الأحادية والمركبة مثل السكروز، الفركتوز، الجلوكوز. ويوجد فيه مجموعة هامة من الأحماض الدهنية مثل هيدروكسي، بالميتيك.

فوائد الغذاء الملكي (GCCNature)

- 1- خفض مُستويات الكوليسترول
احتواء الغذاء الملكي على بروتينات مُعيّنة، يُساعد على خفض الكوليسترول في الدّم.
- 2- علاج جفاف العين
النتائج تُشير إلى قدرة الغذاء الملكي على تنشيط الغدد الدمعية في العين، وزيادة إفراز الدّموع، ممّا يحدّ من جفاف العين الشديد، وذلك من خلال تناوله عن طريق الفم.
- 3- الحدّ من ارتفاع ضغط الدّم
يُساهم الغذاء الملكي في استرخاء العضلات الملساء في الشرايين والأوردة، ممّا يُقلّل من ضغط الدّم، ويُحافظ على صحّة القلب، وجهاز الدّوران في الجسم.



- 4- تعزيز جهاز المناعة في الجسم ويقوي الذاكرة لاحتوائه على الأحماض الدهنية، والبروتينات التي تُعرف بـ Major royal jelly proteins أو اختصاراً بـ MRJPs، إذ إنها تحُد من الإصابة بالعدوى عبر تعزيز النشاط المُضاد للبكتيريا.
- 5- تسريع عملية التئام الجروح بدعم إنتاج بروتين الكولاجين، و تعزيز إصلاح الأنسجة، وهذا بدوره يُعزّز صحّة البشرة أيضاً، وقد فُسّر ذلك بامتلاكه خصائص مضادة للبكتيريا والالتهابات، ومُعقمة للجروح، ويعمل على تأخير ظهور التجاعيد في البشرة، وعلامات الشيخوخة المبكرة.
- 6- تخفيف الآثار الجانبية لعلاج السرطان كعلاج للمشاكل الهضمية، وفشل القلب، والالتهابات، ويعالج الإصابة بالأمراض المعوية، ومفيد في حالات القرحة .
- 7- تعزيز وظائف الدماغ إذ إن خصائصه المضادة للتأكسد تُحافظ على الأنسجة العصبية، وتُزيل الرّواسب الكيميائية في المخ، والتي تُسبب مرض الزهايمر، كما أنها تحُد من نسبة هرمون الإجهاد.
- 8- تخفيف أعراض انقطاع الطمث في دراسة شاركت فيها مجموعة من النساء تبين أنّ تناول منتج يحتوي على الغذاء الملكي بالإضافة إلى حبوب اللقاح عبر الفم مدّة 12 أسبوعاً، يُعزّز الشعور بالراحة، ويُقلّل من أعراض انقطاع الطمث .
- 9- مكافحة القلق وُجد أنّ الغذاء الملكي يحتوي على عناصر غذائية تُخفّف القلق، وتُعزّز الشعور بالاسترخاء، وتُنظّم الهرمونات، مثل: فيتامين ب12، وفيتامين ب3، وحمض الفوليك، إضافةً إلى فيتامين ب5، أو ما يُعرف باسم حمض بانتوثينيك (cidPantothenic a)، أو ما يُدعى بفيتامين الإجهاد؛ وذلك لأنه يُساهم في تكوين مُرافق الإنزيم-أ (Coenzyme A)، الذي يُعتبر عاملاً أساسياً في إنتاج النواقل العصبية، وتخفيف الإجهاد، والقلق، علاوةً على ذلك، فإنّ فيتامين ب5 ضروريّ لإنتاج هرمون الميلاتونين (neMelatonin hormo)، الذي يُفيد في الحدّ من الأرق، ويُساعد على الشعور بالاسترخاء.
- 10- تحسين مستويات السكر في الدم / يُساهم في الحدّ من مرض السكريّ، والذي يُعتبر أحد أكثر أمراض الغدد الصمّاء انتشاراً في العالم، وتبيّن أنّ مكملاته ساعدت على تحسين المؤشرات المرتبطة بمرض السكري مثل مستويات الهيموغلوبين الغليكوزيلاتي أو ما يُرمز له بـ C1HBA، وقياس السكر الصيامي، ودهنيات الدم، وغير ذلك من المؤشرات المرتبطة بمرض السكريّ.
- 11- مقوي عام للجسم، وينشّط الذهن، ويحسن عمل الجهاز العصبي ومفيد في حالات ضعف النمو، وحالات الإصابة بفقر الدم.
- 12- يساعد في علاج حالات الضعف الجنسي عند الرجال، ويقوي الغدد التناسلية.
- 13- يساعد في الشفاء لحالات الإصابة بأمراض الكبد.
- 14- يزيد الشهية عند الصغار والكبار، ويحسن وظيفة الغدة الدرقية والكظرية، ويزيد من وزن نحيلي الأجسام.



15- فوائد الغذاء الملكي للنساء

ينظم الدورة الشهرية ويعالج مشاكلها , يعزز الخصوبه و زيادة عدد البويضات وبتالي زياده فرص الحمل , يقلل من آلام ما قبل الدورة ويخفف من إنحباس السوائل ويعمل على توازن هرمونات الجسم لدى المرأة, و يساعد المرأة الحامل في تسهيل الولاده الطبيعية, ويزيد من إدرار الحليب لدى المرضعه.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

الفطر الريشي GCCNature غانوديرما (Ganoderma)

ماهو الفطر الريشي/

هو جنس من الفطريات المسامية من فصيلة الغانوديرميات الفطر الريشي أو المشروم الأحمر أو ملك الأعشاب، والذي يصنف على أنه من أقوى أنواع الفطر لفوائده العديدة في مجال الصحة والطب، ويعد من أنواع المكملات للتغذية السليمة، والذي يتميز عن غيره بعدم وجود أي عارض جانبي له، مما يعزز فكرة استخدامه أكثر فأكثر.

ويحتوي هذا الفطر على أكثر من 300 مكون وعنصر غذائي واستخدم في الطب الصيني غذاء ودواء قبل 4000 سنة بل كان له دور كبير في معالجه اغلب الامراض في عصرهم وكانوا يعتقدون بانه يمنحهم الشباب الابدي لما بجدوه من نتائج عجيبة عند تناوله اما اليوم فالابحاث في المراكز الامريكيه والاوربيه بلغت بالاف حول قيمته الغذائيه والعلاجيه الكبيره وممكن مراجعه الوب ميد الامريكيه للاستزاده من استخداماته وفوائده الكبيره.

فوائد الفطر الريشي (GCCNature)

1- الفطر الريشي GCCNature يعزز البكتريا النافعه في الامعاء ويحارب السمنه المفرطه. خلصت دراسة علمية حديثة إلى أن الفطر الريشي الذي يستخدم منذ قرون في الطب الصيني يقلل زيادة الوزن

وأشارت الدراسة، التي نشرت في مجلة "نيتشر كوميونيكيشنز"، إلى أن هذا الفطر يبطئ زيادة الوزن عن طريق تغيير البكتيريا في الأمعاء. وخلص الباحثون في تايوان إلى أن هذا الفطر يمكن أن يستخدم في النهاية في علاج السمنة والالتهابات المزمنة ومقاومة الأنسولين (داء السكري من النوع الثاني) في حالة البدناء.

2- الفطر الريشي GCCNature

من اهم فوائده هو تخليص الجسم من السموم المتراكمه عن طريق ازالة سموم الكبد وتحسين وظيفته وتحفيز خلاياه للقيام بدورها المهم في تعزيز وظائف اجهزه الجسم المختلفه.



3- الفطر الريشي **GCCNature** علاج نهائي اويساعد في علاج الامراض التاليه /

- * يعيد ضبط وضائف اجهزة الجسم ومنظم هرموني عالي الكفائه.
- * مفيد جدا لتنظيم عمل الغده الدرقيه حيث ينظم عملها في حالة كسل او فرط الغده الدرقيه.
- * يساعد في علاج مشكلة تضخم البروستات.
- * يعالج أمراض العُقْم والضعف الجنسي ولزيادة الحيوانات المنوية لدى الرجال.
- * يعتبر أيضاً مكمل غذائي مُمتاز للكبار في السن حيث يحد من الشيخوخة والأمراض المُرافقة لها مثل الباركنسون والخرف.
- * يسهم في علاج الالتهابات التي تنتج في الأمعاء.
- * يسهم بشكل متميز في تنشيط دورة الدمويه في الجسم، ويستخدم في حالات فقر الدم.
- * يستطيع علاج حالات الصرع.
- * يسهم بدور فعال في علاج مدمني الكحول.
- * يعزز الجهاز المناعي وذلك لاحتوائه على المواد المضادة للأكسدة ومضاد للسرطان بجميع انواعه ويذيب بشكل ملحوظ الأورام الحميدة .
- * يسهم في تعزيز مقدره كريات الدم الحمراء الموجودة في الجسم على حمل مادّة الأكسجين.
- * يعزّز مقدره الجسم على التخلص من حالات الإرهاق وما يسمّى بالأرق (عدم القدرة على النوم).
- * يساهم في علاج مرض الصدفية.
- * يعزز قدرة الجسم على إذابة "حصوات الكلى". وايضا يعالج التهابات المجاري البولية تماما.
- * يسهم أيضاً في علاج المرض المعروف "بالكبد الوبائي" وامراض الكبد الاخرى ومنها تليف الكبد .
- * يسهم بشكل متميز وملحوظ في علاج الحروق ويقلل من اثارها على الجلد.
- * يسهم في معالجة صداع الرأس.
- * يؤخر المرحلة السنّية التي تدعى بالشيخوخة.
- * يحتوي على الكثير من الفيتامينات المفيدة والمعادن الأساسية للجسم.

4- الفطر الريشي **GCCNature**

- * منظم لهرمونات الجسم ويساعد على الانجاب ويعد جزءاً من الطب الصيني القديم؛ لعلاج الآثار السلبية للإجهاد مثل مستويات الطاقة المنخفضة، والالتهابات وغيرها من الاختلالات الهرمونية كذلك التي تؤثر في الإنجاب.
- * يقي من الإصابة بأمراض القلب وانسداد الشرايين.
- * مضاد للحساسيه بانواعها.
- * مضاد للالتهابات مثل التهاب المفاصل، والروماتزم ومتلازمة التعب المزمن.
- * يعالج ضغط الدم المرتفع ومدرر للبول.
- * يعتبر له تأثير إيجابي على داء السكري.



- * يعزز عمل الجهاز الهضمي، ويسرّع عملية الاستقلاب، ويعالج الإمساك.
- * يعالج أمراض الجهاز التنفسيّ مثل الربو، والسعال، والتهاب الحلق، والجيوب الأنفية، والسل.
- يزيد القدرة على التنفس، ويدعم الرئتين للقيام بوظيفتها.
- * يجدد نمو الخلايا في الجلد. يعالج مشاكل الجلد المختلفة مثل قشرة الرأس، والأورام، وحكة البواسير، والهرش الجلديّ. يخلص الجسم من السموم والأوساخ العالقة على الأنسجة ومسام الجلد.
- * يعطي البشرة حيوية ويزيد النضارة فيها ويعطيها نعومه فائقه.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

القريص (GCCNature) Nettle

ماهو القريص (GCCNature)

هو نبات عملاق بأثره الطبية الواسعة، ويُطلق عليه من قبل البعض شعر العجوز، هذا النبات منذ عصور ما قبل التاريخ. وُجد في المقابر الدانماركية في العصر البرونزي وفي العصر الحجري. وقد حمله جنود القيصر الروماني من بريطانيا بسبب خصائصه العجيبة. ويدخل في صناعة مستحضرات العناية بالشعر.

يحتوي القريص على الجلوكوزيدات، والهيستامين، والبوتاسيوم، والكبريت، والمنغنيز، والحديد، والسيروتين، والأستيل كولين، وحمض الفورميك، بالإضافة إلى المعادن ومنها السيلكا والفيتامينات مثل (A,B,C)، والبروتين، ومعدن البوردون.

فوائد القريص (GCCNature)

1- علاج مشاكل الشعر والبشرة
يحتوي القريص على مواد مهدئة للحساسية، لذلك تُستخدم مستخلصاته خارجياً على البشرة في حالات الجفاف والأكزيما لعلاجها. أيضاً يوقف القريص تساقط الشعر ويمنع ظهور القشرة فيه وذلك باستخدام شاي القريص لغسيل الشعر وتدليكه جيداً، وقد لوحظ تحسناً في الشعر من ناحية إضفاء النعومة والحيوية له.

2- علاج مشاكل العظام والمفاصل
يُعالج القريص أمراض الروماتيزم؛ حيث يُوضع في حوض الاستحمام كمية تعادل أربعمائه غرام من شاي القريص وماء ساخن، ويتم استخدامه عن طريق أخذ حمام كامل للجسم والبقاء فيه مدة ساعة كاملة، ثم تدليك الجسم بزيت النعناع البري وزيت القريص. كما يُستخدم زيت القريص ذاته لتهدئة آلام المفاصل والعظام عند الدهن به خارجياً. ويعمل أيضاً على زيادة إدرار البول وتنقية الدم مما يقي الجسم من مخاطر النقرس.

3- علاج مشاكل الجهاز التنفسي
بما أن القريص يحتوي على مواد مضادة للحساسية فإنه يستخدم للحد من مشكلة حساسية الربيع والجهاز التنفسي بشكل عام، ولكن يُفضل شرب شاي القريص وقتها لفترات طويلة لا تقل عن شهر إلى ثلاثة أشهر. كما أنه يُخفف السعال ويعالج مشاكل ضيق التنفس.



- 4- علاج مشاكل الجهاز البولي
من أكثر الدراسات تأكيداً في الفُرَيْص هي أثر جذوره في علاج مشاكل البروستات المتضخم، والتي تؤدي إلى صعوبة في التبول وبحسب إحدى الدراسات فإن لمستخلص جذور عشبة القريص مفعولاً مانعاً لنمو الخلايا السرطانية في البروستاتا. بالإضافة إلى علاج مشاكل الجهاز البولي الأخرى مثل حصيات الكلى والمثانة العصبية، والتبول اللاإرادي، والتبول الليلي، والتبول المصحوب بحرقة أو ألم، واحتباس السوائل في الجسم.
- 5- علاج اضطرابات الجهاز الدموي أو الدوري
تعتبر عشبة الفُرَيْص من المواد القابضة والموقفة للنزيف؛ حيث تُستعمل في علاج غزارة الطمث. وكذلك يستخدم المسحوق مجففاً لوقف نزيف الدم من الأنف أو الرعاف، ووقف نزيف القولون التقرُّحي.
- 6- مشاكل الجهاز الهضمي
يستخدم شاي الأوراق لعلاج مشاكل المعدة والأمعاء والغدد، فهو يساعد على تنظيم مستوى السكر في الدم، والشفاء من حرقة المعدة والقرحة، والتخفيف من تهيج القولون العصبي، ووقف الإسهال، وعلاج تضخم الكبد والطحال ويستخدم في معالجة البواسير .
- 7- التنشيط الجنسي ومواجهة التعب ونقص الطاقة
بذور عشبة القريص منشطة، وبالتالي فهي مناسبة لجميع الذين يشعرون بالتعب والإرهاق. فتناول بذور هذه العشبة يزيد من الحيوية والقوة الجنسية والرغبة الجنسية حيث تحتوي بذور عشبة القريص على ما يسمى بمادة الـ فتوستروولس (بيتا سيتوستيرول)، التي تمنع تحول هرمون التستوستيرون الذكوري إلى مادة الـ ديهيدروتستوسترون، وبالتالي تزداد مستويات هرمون التستوستيرون الحرة عند الرجال، وهذا ما يفسر زيادة بذور نبات القريص للرغبة الجنسية.
- 8- يعمل على التخلص من فقر الدم والحفاظ على نقاء الدم وتخليصه من السموم.
- 9- يساعد في تهدئة الأعصاب، والتخلص من حالات القلق والتوتر والاكتئاب.
- 10- علاج لالتهابات الأمعاء
نظراً لقدرتها الشفائية المضادة للالتهابات فبالإمكان استخدامها ضد الأمراض المزمنة مثل التهاب القولون التقرحي وداء كرون (التهاب مزمن للأمعاء).
- 11- تخفيض ضغط الدم ومنع تجلط الدم
شاي أوراق نبات القريص يخفض ضغط الدم. كما أنه يؤخر التخثر الزائد للدم، أي أنه يجعل الدم "خفيفاً" ويساعد بذلك على منع جلطات الدم.
- 12- تقوية جهاز المناعة
تقوي عشبة القريص آلية الجسم الدفاعية، وذلك عبر دعم نوع من أنواع الخلايا المناعية يسمى بـ الخلايا اللمفاوية التائية. كما أنها تحفز نشاط الخلايا "العملاقة" البالغة للجراثيم. يشار إلى أن نبات القريص مفيد كشراب وكغذاء أيضاً في أوقات زيادة خطر الإصابة بالأمراض المعدية.
- 13- يمتلك نبات القريص خصائص قابضة للبشرة
تمتلك أوراق نبات القريص خصائص قابضة، والتي تساعد في علاج الأمراض الجلدية مثل الأكزيما، ولدغ الحشرات والجديري المائي وتستخدم أوراق نبات القراص المجففة خارجياً وموضعيّاً لعلاج حب الشباب والنمش وعيوب البشرة.

15- القريص لعلاج المشاكل النسائية

يُنصح للمرأة بأن تتناول مستخلص نبات القريص بانتظام ، فهو ليس فعال فقط للبشرة والشعر ولكنه أيضاً يساعد في منع وعلاج العديد من المشاكل المرتبطة بالنساء ، حيث يساعد نبات القريص في التخفيف من آلام الدورة الشهرية بالإضافة إلي أنه يساعد في الحد من آلام انقطاع الطمث ، كما انه يساعد علي تسهيل عملية الولادة ، كما أنه مفيد للنساء المرضعات لأنه يزيد من كمية حليب الثدي .

16- يحمي القريص الحمض النووي DNA من التلف

تساعد عاداتنا الغذائية المتنوعة الخاطئة علي إدخال السموم إلي أجسامنا ، ويُمكن لهذه السموم أن تعمل علي تدمير الحمض النووي DNA والأغشية الخلوية ، تعمل المركبات المضادة للأكسدة التي توجد في أوراق نبات القريص علي إزالة هذه السموم من الجسم ، حيث أنها تعمل علي محاربة الجذور الحرة وتساعد علي حماية الحمض النووي DNA والأغشية الخلوية في الجسم

17- يستخدم نبات القريص في صناعة غرغرة الفم لعلاج التهابات الفم والحنجرة.

18- يُستخدم نبات القريص لعلاج مرض الزهايمر.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

الكلوريلا (GCCNature) Chlorella

ماهو الكلوريلا (GCCNature)

الكلوريلا جنس أحادي الخلية من طحالب المياه العذبة الخضراء . تحتوي على خصائص غذائية هائلة. تشير الدراسات إلى أن الكلوريلا هو واحد من أعلى المصادر النباتية للكلوروفيل الذي له فوائد صحية لا تصدق. وما يقرب من 14 مليون شخص يستهلكون كلوريلا كل يوم دون أي آثار جانبية. يتمتع الرجال والنساء والأطفال بفوائد استثنائية حقيقية. تُستهلك الكلوريلا كمكمل صحي في الولايات المتحدة وكندا واليابان. وأن للكلوريلا تأثيرات صحية عديدة، بما في ذلك المساعدة في علاج السرطان.

فوائد الكلوريلا (GCCNature)

- 1- تتميز الكلوريلا بأنها غنية بالبروتين بنسبة 50-60%، وهي بذلك مصدر فعلي للبروتين.
 - 2- تعدّ مصدر مميز للحديد وفيتامين C
 - 3- تحتوي على مضادات الأكسدة.
 - 4- تحتوي الكلوريلا على الأوميغا 3.
 - 5- توفر كمية كبيرة من الألياف. وهنا، من المهم معرفة أن الكلوريلا الخام تحتوي على هذه النسبة العالية من الألياف، أما الحبوب فمحتواها من الألياف أقل .
 - 6- تساعد الكلوريلا على تعزيز وظائف الجهاز المناعي.
 - 7- تعزز الكلوريلا صحة عينيك، بفضل محتواها من مضادات الأكسدة.
 - 8- تعزيز صحة الجهاز الهضمي
- الألياف والمغنيسيوم هما المغذيات الأساسية لعملية الهضم الصحية وكلاهما موجودان في الكلوريلا. حيث تساعد الألياف في التخلص من السموم "peews" من الأمعاء ، المغنيسيوم يعزز استرخاء العضلات. Chlorella كغذاء يمكن أن يساعد في علاج وإصلاح الجهاز الهضمي وإزالة الانتفاخ وعلاج الامساك المزمن.
- 9- يمكن للكلوريلا التخفيف من أعراض متلازمة ما قبل الدورة الشهرية، بفضل محتواها من الكالسيوم وفيتامين B الذي له دور في التقليل من آلام الدورة.





- 10- تعزز من صحة الكبد وتشتهر كلوريللا بتعزيز الوظيفة الأنزيمية للكبد.
- 11- تحتوي الكلوريللا على مجموعة أخرى من الفيتامينات والمعادن؛ كالزنك، المغنيسيوم، البوتاسيوم وغيرها.
- 12- التحكم في مستوى الكوليسترول
لاحتوائها على النياسين والألياف والكاروتينات ومضادات الأكسدة.
- 13- إنقاص الوزن
يأتي فقدان الوزن في الأهداف الثلاثة الأولى لأي فرد. هناك العديد من العوامل المسببة مثل الإجهاد ، النظام الغذائي الضعيف ، الأمعاء المتسربة ، وبكتيريا الأمعاء غير المتوازنة ، واختلال التوازن الهرموني ، ونمط الحياة الذي يساهم في زيادة الوزن. لذلك يمكن الاعتماد على *Chlorella* كغذاء للمساعدة في دعم الفرد في رحلته مع فقدان الوزن بسهولة أكبر.
- 14- التحكم في مستوى الكوليسترول
المواد الغذائية الموجودة في كلوريللا ، بما في ذلك النياسين والألياف والكاروتينات ومضادات الأكسدة ، قد تساعد في خفض مستويات الكوليسترول. وقد اقترحت عدة دراسات أن مكملات كلوريللا قد تساعد في خفض نسبة الكوليسترول.
- 15- يعزز من عمل الجهاز العصبي وينشط الخلية العصبية لاحتوائه على فيتامين 12B المهم للجهاز العصبي ، علما ان الكلوريللا يعطي للنباتيين حصتهم من فيتامين 12B التي يحتاجونها خاصة انهم لا يأكلون المنتجات الحيوانية الغنية به.
- 16- التخلص من سموم
نحن اليوم نتعرض جميعاً للسموم والمعادن الثقيلة بشكل يومي. سواء كان ذلك في البيئة أو الطعام الذي نأكله. هذه المعادن الثقيلة والسموم يمكن أن تؤثر على العديد من النظم في الجسم بما في ذلك الجهاز العصبي ، والتي يمكن أن تؤدي إلى الضباب في الدماغ ، والتعب ، والتهيج ، والقلق ، والاكتئاب. *Chlorella* يساعد في إزالة السموم والقضاء على العديد من المعادن والسموم الثقيلة المختلفة من الجسم. كما تساعد الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة الموجودة في الكلوريللا على إصلاح الضرر الذي يحدث في جميع أنحاء الجسم .
- 17- استقرار معدلات ضغط الدم
الكلوريللا يعدل ضغط الدم دون أي آثار سلبية. ويوصي الباحثون به كمكمل غذائي كبير للوقاية من ارتفاع ضغط الدم.
- 18- خفض معدلات السكر في الدم
يحسن *Chlorella* حساسية الأنسولين عن طريق تعزيز امتصاص الجلوكوز في الكبد وأنسجة العضلات. ويمكن أن تكون *Chlorella* وسيلة آمنة وفعالة للمساعدة في موازنة أرقامك بشكل طبيعي إذا كنت معرضاً لخطر الإصابة بسكر الدم المرتفع أو السكري.
- 19- يخفف من أعراض مرض *Fibromyalgia*
متلازمة فيبروميالغيا هو اضطراب شائع في العضلات والعظام المزمنة والمسببات المرضية له غير معروف وليس له علاج. ويرتبط ذلك بالأرق ، والصداع ، والقلق ، والاكتئاب ، والتعب والألم واسع الانتشار. ويطلق على *Chlorella* كعلاج طبيعي للفيبروميالغيا. قد تساعد الكميات الكبيرة من



البروتينات والكلوروفيل والمعادن والفيتامينات والكربوهيدرات والدهون الموجودة في الكلوريل في تخفيف أعراض الفيبروميالغيا. وتم تقييم المكملات مع كلوريل للمرضى الذين يعانون من فيبروميالغيا في الدراسات السريرية وثبت وجود نتائج إيجابية.
20 -جلد اكثر نضاره ومضاد للشيخوخه
لاحتواء الكوريل على فيتامين C و A و 12B بكميات كبيره اضافه الى مضادات الاكسده الكثيره التي يحويها فهي تحافظ على الفعاليات الحيويه لخلايا الجلد وتعزز من بقائها بنشاط دائم لذلك يطلق عليه الوافي من السرطان والشيخوخه.

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

شاي الماتشا الياباني (Tee Maccha)

ماهو شاي الماتشا (GCCNature)

هو من المشروبات اليابانية المتوارثة من جيل إلى جيل، فقد كانت توصف للطلاب وقت الامتحانات لتمدهم بالطاقة، واشتهر اليابانيون بها منذ أكثر من 900 سنة، ولكنها لم تعد محصورة في اليابان بل انتشرت في جميع أنحاء العالم مؤخرًا لفوائدها العظيمة. شاي الماتشا هو مسحوق ناعم من الشاي الأخضر العضوي وهو طبيعي 100%. تنمو أشجار الشاي في منطقة نيشيو في اليابان، فهي تتمتع بالمناخ الريفى والأرض الخصبة والأمطار النظيفة. تُنتقى أوراق الشاي الصغيرة ذات اللون الأخضر الغامق. بعد حصدها لتترك فترة قصيرة لحمايتها من الأكسدة وحفظ قيمتها الغذائية. ثم تطحن بطاحونة مصنوعة من الجرانيت لتصبح ناعمة ويتم تخزينها بعيدًا عن الضوء والأكسجين للاحتفاظ بلونها الأخضر القاتم. القيمة الغذائية لشاي الماتشا/

يحتوي شاي الماتشا على فيتامينات عديدة، كفيتامينات: أ، ك، ج، د، ب، إ. ويعدّ غنيًا بمواد مضادة للأكسدة كالكلوروفيل والبوليفنول. ويحتوي على أحماض التيانين والثيوفيلين، مما جعل من شاي الماتشا مجمعًا للمواد الصحية والغذائية.

فوائد شاي الماتشا (Nature GCC)

1- يفرز أوامر تحفيزية تبعث على الاسترخاء والتركيز العقلي، حيث أثبتت الدراسات أن مادة التيانين تحد من ظهور العوامل النفسية وتخفف من الإجهاد وتساعد على اليقظة العقلية والتأثير المهدئ بدون الشعور بالنعاس.

2- يتواجد في هذا الشاي مادة الكافيين المسؤولة عن زيادة الطاقة وتنشيط الأعصاب، ولكن هذه المادة مختلفة عن الشاي والقهوة، فهي فريدة من نوعها تُعرف بـ "الثيوفيلين" المسئول عن إنتاج الطاقة دون أي أثر سلبي.





3- كما يساهم في تحسين الأداء الوظيفي للغدة الكظرية وتنظيم الهرمونات في الجسم عن طريق تحفيز عمل الغدد الصم .

4- يساهم في تحسين الأداء الوظيفي للجهاز الهضمي والذي يقوم بإخراج السموم خارج الجسم للتخلص من المواد الضارة.

5- إن احتواء الشاي على مادة بيبغالوكاتشين التي تشكل الدرع الواقي ضد الأمراض المعدية كالكبد الوبائي، وفايروس البرد، والبكتيريا العنقودية.

6- يحافظ على معدل مستوى الكوليسترول والسكر في الدم ويقي من أمراض الكلى.

7- مضادات الأكسدة/

أثبتت الدراسات أن شاي الماتشا غني بمضادات الأكسدة حيث انه يحتوي على مادة البونيفينول بنسبة 137 ضعف الشاي العادي، بالإضافة الى ان الماتشا تحتوي على مضادات أكسدة اكثر من السبانخ ب 60 مره، وايضا اكثر من الشوكولاتة الداكنة ب 7 مرات.

8- خسارة الوزن/

وجدت الدراسات ان احتواء مادة بيبغالوكاتشين غالاتي بنسبة عالية في شاي الماتشا والذي بدوره يعمل على زيادة حرق دهون الجسم كونها مصدر من مصادر الطاقة، كما يقلل من تكوين الخلايا الدهنية الجديدة ويزيد عملية الأيض التي تزيد بأربع مرات عن المعدل الطبيعي، فهو مناسب جدًا عند اتباع الحميات.

9- صحة القلب/

أثبتت الدراسات أن مضادات الأكسدة الموجودة في شاي الماتشا تساعد على خفض نسبة الكوليسترول الضار ويعد الاستمرار في شرب الماتشا احد الاسباب التي تعمل على انخفاض ضغط الدم وانخفاض خطر الإصابة بالجلطة الدماغية.

10- فوائد للجلد/

تعتبر مضادات الأكسدة التي يحتويها شاي الماتشا بما فيها بيبغالوكاتشين غالاتي اهم المضادات التي تساهم في الحفاظ على صحة الجلد وذلك بالحد من الالتهابات الجلدية والحد ايضا من الجذور الحرة التي تسرع الشيخوخة.

11- إزالة السموم/

الكلوروفيل الموجودة في شاي الماتشا يبرز فعاليته في تطهير الجسم من السموم ، فالكلوروفيل هو ديتوكس ممتاز يساعد في تطهير الدم، وهو يساعد في الحفاظ على قلوية الدم والأنسجة، كما يساعد الكلوروفيل أيضا في منع تجمع السموم الضارة بجدران القولون و اخراجها من الجسم.

12- الحماية من العدوى/

يحتوي ماتشا الشاي على بيبغالوكاتشين غالاتي (EGCG) والتي هي أيضا فعالة ضد انواع مختلفة من الالتهابات البكتيرية والفيروسية والفطرية, أن EGCG يقوم بربط الغشاء الدهني ويمارس العمل المثبطة ضد نمو مختلف مسببات الأمراض البشرية الهامة بما في ذلك فيروس الأنفلونزا، والتهاب الكبد B وفيروس C، وفيروس الهربس، اثش بكتيريا المكورات العنقودية الذهبية.

13- الوقاية من السرطان/

ماتشا يساعد في الوقاية من سرطان الى وجود بيبغالوكاتشين غالاتي (EGCG) الذي له خصائص وقائية كيميائية، وقد أظهرت دراسات متعددة أن مادة البوليفينول الموجودة في الشاي ماتشا يمنع انتشار الخلايا السرطانية الخبيثة، ويشجع على استحثاث موت الخلايا المبرمج، ويساعد في تقليل مخاطر الإصابة بأنواع السرطان المختلفة بما في ذلك سرطان المثانة و سرطان القولون والمستقيم .

14- صحة الاسنان /

يساهم في تعزيز صحة الأسنان ويمنحك ابتسامة جميلة ورائعة، حيث تساهم مادة "EGCG" في تثبيط تراكم البكتيريا التي تلتصق باللثة والأسنان، وهو ما يحارب التسوس ويمنع تراكم الجير على الأسنان. 15- يتميز الماتشا باحتوائه على مركبات البوليفينول، والتي تلعب دوراً مهماً في منع فقدان الشعر عند النساء حيث إنّ هذه المادة تساعد على التقليل من الإجهاد، والذي يسبب تساقط الشعر، كما أنّها تمتلك خصائص مضادة للالتهابات، مما قد يمنع سقوط الشعر.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

عشبة الموكونا (GCCNature)

ماهو الموكونا (GCCNature)

استخدمت عشبة الموكونا في الطب الهندي منذ القدم لعلاج مرض الرعاش (الباركنسون) بسبب احتوائها على الدوبامين الطبيعي، ليصار إلى اكتشاف فوائد أخرى لها من خلال التجارب. كما تستخدم هذه العشبة لكمال الأجسام والرياضيين وبطبيعة الحال لها دور بزيادة التستوستيرون، ورفع مستويات هرمون النمو البشري وتحسين الملامح.

فوائد الموكونا (GCCNature)

- 1- مرضى الباركنسون أو الشلل الرعاش (كعلاج ووقاية من المرض لدى الأشخاص المتقدمين في السن).
- 2- لعلاج البرودة الجنسية ولزيادة الشهوة الجنسية لدى النساء والرجال، وكذلك لزيادة الخصوبة وتحسين الأداء الجنسي.
- 3- لزيادة عدد الحيوانات المنوية وحجم السائل المنوي، ولتحسين حركة الحيوانات المنوية لدى الرجال وعلاج العديد من حالات العقم، وعلاج القذف المبكر وطالة مدة الانتصاب .
- 4- لتحسين التبويض لدى النساء وعلاج ارتفاع هرمون الحليب (هرمون البرولاكتين).
- 5- الموكونا تستخدم لزيادة التركيز والانتباه، وتنشيط الذاكرة .
- 6- للمساعدة في علاج السكري صنف 2.
- 7- لعلاج أوجاع وتشنجات العضلات وعلاج التهاب المفاصل و لعلاج ضمور العضلات ومشاكل اختلال حركة الجسم بسبب تلف خلايا عصبية في الدماغ.
- 8- زيادة كثافة العظام والمساعدة في علاج هشاشة العظام.
- 9- لعلاج بعض حالات الشلل (ضمن برنامج علاجي يشمل أعشاب أخرى).
- 10- للوقاية من لسعات الأفاعي وسم الأفاعي والقضاء على الديدان الطفيلية .
- 11- يحفز إفراز هرمون النمو (HGH) من الغدة النخامية و تحقيق التوازن بين هرمونات الغدة النخامية، لذلك هو بالتأكيد من أقوى الأعشاب والمواد في مكافحة الشيخوخة.





- 12- مفيدة للاعبين رياضه كمال الأجسام و عموم الرياضيين حيث يدعم كتلة العضلات ويخلصها من تراكم الدهون، والسموم ، ويحسن قدرة تحمل المشاق الجسمية ويدعم الطاقة.
- 13- الخبراء في مجال التغذية يتحدثون عن الأطعمة الخارقة والأعشاب الخارقة، مثل الموكونا، والتي يمكنها مساعدة المدخنين للهرب من سجن النيكوتين والـ4000 مادة كيميائية الموجودة في السجائر الحديثة التجارية.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

شاي ايسياك (ESSIAC GCCNature)

ماهو شاي ايسياك (GCCNature)

شاي ايسياك هو مركب عشبي مصنوع من أربعة مكونات رئيسيه وهي جذور الأرقطيون، وجذور الراوند الهندي، وحماض الغنم، والدردار الزلق، ويتم تصنيعه من قبل شركة كندية، وهو له العديد من الفوائد العلاجية المختلفة.

فوائد شاي ايسياك (GCCNature)

المكونات العشبية المختلفة المستخدمة في الشاي ايسياك تحفز الجهاز المناعي، وتحد من نشاط الجذور الحرة، والقضاء على الالتهاب، وتمنع نمو الورم، والحد من الطفرة الخلوية المسببه للسرطان، وإزالة السموم من الجسم وتهدئة الاضطرابات الرئوية. دور شاي ايسياك في الوقاية من السرطان والعلاج منه يحصل على معظم الاهتمام، ولكن مكونات الشاي ايسياك يمكن أن تساعد أيضا على تخفيف الالتهاب في جميع أنحاء الجسم، وتعزيز الجهاز المناعي، وعلاج أمراض الجهاز التنفسي، وتحفيز عملية التمثيل الغذائي، ويعزز الهضم الطبيعي ويشفي الأمراض الجلدية.

1- مضاد التهاب عام.

المركبات المضادة للأكسدة وجدت في حميض الأغنام وجذر الأرقطيون وهي مضادة للالتهابات ويمكن أن تساعد الناس الذين يعانون من التهاب المفاصل والصداع والنقرس وأمراض القلب وآلام في العضلات والبواسير ومجموعة من القضايا الالتهابية الشائعة الأخرى.

2- تعزيز كفاءه الجهاز الهضمي.

يمكن العثور على الأغشية المخاطية في الدرदार الزلق لتعزيز كفاءة الجهاز الهضمي والقضاء على أعراض الإمساك والانتفاخ وحماض الأغنام ملين، وهذي الخواص تسرع عمليات الجهاز الهضمي ، والتي تمكن في كثير من الأحيان القضاء على البكتيريا الضارة التي أطالت الإقامة في القناة الهضمية.





3- زيادة الأيض الغذائي.

هذا المزيج الفريد من الأعشاب له تأثير محفز لاعضاء الجسم، مما يؤدي إلى تعزيز وظيفة التمثيل الغذائي و حرق الدهون، وهو أمر جيد لتحفيز انتاج الهرمونات والانزيمات، فضلا على تعزيز الجهود لانقاص الوزن.

4- تعزيز عمل الجهاز المناعي.

قد أظهرت الدراسات أن الآثار المضادة للأكسدة لمجموعة من مكونات الشاي إيسياك أكبر من الشاي الأخضر بكثير ، وهذا يعني أن هذه الأعشاب يمكن أن تعطي دفعة كبيرة لجهاز المناعة. والعمل على تحفيز إنتاج خلايا الدم البيضاء والدفاع ضد العدوى البكتيرية والفيروسية.

5- الوقاية من امراض الجهاز التنفسي/

من المعروف أن الدردار الزلق وجذر راوند الهندي، على وجه الخصوص، مهم جدا لتهدئة الالتهابات التنفسية ومقشع للبلغم والمخاط.

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

جذر الماكا (GCCNature)

ماهو ماكا (GCCNature)

الماكا عشبة عرفت منذ أكثر من 3000 سنة، وتزرع بشكل رئيسي في جبال الأنديز الواقعة في وسط البيرو على ارتفاعات عالية جداً تفوق 13000 قدم (4000 متر)، وتنمو عشبة الماكا في أرض وعرة، وفي ظل ظروف مناخية قاسية جداً تشهد درجات قصوى من الحرارة في النهار ودرجات دنيا من البرودة ليلاً، ويعتقد أن نمو العشبة في ظل هذه الظروف يمكن أن يفسر فوائدها الاستثنائية.

وتم استعمال جذر الماكا تقليدياً لتعزيز الخصوبة وعلاج المشاكل المتعلقة بالجنس، وقد لاقت المستحضرات المعدة من الجذر رواجاً كبيراً في السنوات الأخيرة لوجود صلة بين تناوله وزيادة الرغبة الجنسية.

فوائد ماكا (GCCNature)

- 1- مغذي للغاية
- يعد مسحوق جذر الماكا مصدراً عظيماً للعديد من الفيتامينات والمعادن الهامة.
- إن (28 غراماً) من مسحوق جذر الماكا تحتوي على:
- السعرات الحرارية: 91.
 - الكربوهيدرات: 20 غراماً.
 - البروتينات 4 غرامات.
 - الألياف: 2 غرام.
 - الدهون: 1 غرام.
 - فيتامين سي: 133% من الاحتياج اليومي الموصى به.
 - النحاس: 85% من الاحتياج اليومي الموصى به.
 - الحديد: 23% من الاحتياج اليومي الموصى به.
 - البوتاسيوم: 16% من الاحتياج اليومي الموصى به.



- فيتامين ب 6: 15% من الاحتياج اليومي الموصى به.
- المنغنيز: 10% من الاحتياج اليومي الموصى به.
- 2- يزيد من الرغبة الجنسية لدى الرجال والنساء
إن انحسار الرغبة الجنسية مشكلة شائعة بين البالغين من كلا الجنسين، وهذا بالتالي ما يدفع بالناس إلى الاهتمام بالأعشاب والنباتات التي تعزز تلك الرغبة بشكل طبيعي، ولهذا فلا غرابة أن يجدوا ضالتهم في جذر عشبة الماكا الذي يحسن الرغبة الجنسية هذه الفائدة تحديداً لنبات الماكا جعلت البعض يسميه فياجرا الطبيعه .
كما انه يساعد على زيادة عدد الحيوانات المنوية بالإضافة لتحسين جودة الحيوانات المنوية وصحتها لدى الرجال.
- 3- يساعد في تخفيف أعراض سن اليأس
تشهد مرحلة سن اليأس تراجعاً طبيعياً في هرمون الاستروجين عند المرأة؛ ما يسبب لها أعراضاً مزعجة للغاية، أبرزها الهبات الساخنة، وجفاف المهبل، وتقلبات المزاج، أن نبات الماكا ساهم في تخفيف أعراض مرحلة سن اليأس بما في ذلك الهبات الساخنة والنوم المتقطع.
- 4- يحسن المزاج
أظهرت عدة دراسات أن جذر الماكا يحسن من الحالة المزاجية، ويخفض من الأعراض الناجمة عن القلق والاكتئاب أما السر فقد عزاه الباحثون إلى احتواء الماكا على مركبات نباتية تسمى flavonoids، قد تكون ولو بشكل جزئي، مسؤولة عن المزاي النفسية الإيجابية.
- 5- مسحوق جذر الماكا له شعبية كبيرة بين لاعبي كمال الأجسام والرياضيين حيث يساعد في الحصول على العضلات، وزيادة القوة الجسمانية، وتعزيز الطاقة، وتحسين مستوى الأداء الرياضي خصوصاً القدرة على التحمل.
- 6- يساعد على حماية الجلد من أشعة الشمس
إن أشعة الشمس فوق البنفسجية تلحق ضرراً كبيراً بالبشرة فتسبب التجاعيد، وتزيد من خطر التعرض لسرطان الجلد، وهناك أدلة تشير إلى أن تطبيق مستخلص الماكا المركز على البشرة يمكن أن يساعد في حماية الجلد من أشعة الشمس الضارة.
- 7- يحسن من التعلم والذاكرة
استعملت جذور الماكا تقليدياً من قبل سكان البيرو لتحسين أداء الأطفال في المدرسة. وفي الدراسات التي أجريت على القوارض التي تعاني من ضعف في الذاكرة، لاحظ الباحثون أن تلك التي أعطيت الماكا تحسنت لديها القدرة على التعلم والذاكرة.
- 8- يقلل من حجم البروستات المتضخمة
إن ضخامة البروستات الحميدة مرض شائع عند معشر الذكور المسنين؛ ما يسبب لهم مشاكل على صعيد التبول، وتشير الدراسات التي أجريت على الحيوانات إلى أن الماكا يمكن أن تقلل من حجم البروستات المتضخمة، وقد تم ربط هذا التأثير بغنى الماكا بمركبات الغلوكوسينولات التي تخفض من خطر الإصابة بسرطان البروستات.



9- خفض ضغط الدم المرتفع
أحد الفوائد للماكا هو القدره على خفض ضغط الدم المرتفع، خاصة عند تناول ما يقارب 3.3 غرام منها
يوميًا لعدة أسابيع متتالية.

10- لصحة العظام
إن تضمين الماكا في حميتك الغذائية اليومية قد يساعد بشكل كبير في تحسين صحة العظام وتقويتها
وزيادة كثافتها، وفي الوقت ذاته قد تساعد الماكا على مكافحة هشاشة العظام.

11- تحسين المناعة
إن إضافة جذور الماكا إلى حميتك الغذائية اليومية، حتى لو كان ذلك بكميات صغيرة جداً، يساعد على
تقوية جهاز المناعة وتحسين دفاعات الجسم.

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

حبوب اللقاح (GCCNature)

ما هو حبوب اللقاح (GCCNature)

هو لقاح الأزهار والبودرة الموجودة في الزهور، هذه البودرة تعلق في الشعر الذي في جسم النحلة ويوجد في أرجل النحلة الخلفية جيوب تسمى سلة اللقاح. تقوم النحلة في تجميع ما علق في جسمها من هذه البودرة في تلك الجيوب وتأتي بها إلى الخلية، وتصنع منه النحلة خبز الخلية وهو غذاء النحل، كما أن في الخلية مصائد خاصة بحبوب اللقاح يتجمع بها هذا الأخير ثم يستخرج من الخلية. وتعتبر غذاءً مثالياً إذ تحتوي على 18 فيتامين، أكثر من 25 معدن وما نسبته ثلاثون بالمائة أحماضاً أمينية ومثلها سكريات. يمكن أن يستعمل كغذاء مكمل بسبب غناها بالعناصر الغذائية الأساسية.

فوائد حبوب اللقاح (GCCNature)

- 1- التخفيف من الالتهابات
تعمل حبوب اللقاح بشكل يشبه وإلى حد كبير الأدوية المضادة للالتهابات والفطريات والبكتيريا وبتالي تعمل على تقوية الجهاز المناعي.
- 2- تعمل كمضادات أكسدة
وجدت بعض الأبحاث أن حبوب اللقاح لديها العديد من الخصائص التي تجعلها تعمل بفعالية مضادات الأكسدة
- 3- تعزيز صحة الكبد
أن تناول حبوب اللقاح بشكل منتظم يساعد بالحفاظ على الكبد صحياً وخالياً من الأمراض والتسريع من عملية شفاء الكبد من الأمراض أو أي ضرر قد يلحق به.
- 4- التخفيف من حدة أعراض سن اليأس
وجدت بعض الدراسات أن مجموعة من النساء المصابات بسرطان الثدي كانت أعراض سن اليأس لديهن أقل حدة عندما بدأن بتناول حبوب اللقاح. و يعتبر علاجاً لأعراض سن اليأس من صداع مستمر والتوتر والعصبية وتوهج الجسم.



- 5- التخفيف من الضغط والتوتر
تعمل حبوب اللقاح على زيادة تدفق الدم إلى الجهاز العصبي في الجسم خاصة الدماغ وتنشيط دوره الدموي ، بما يقلل من الضغط والتوتر، كما أن هذا يعمل على التخفيف من التعب والإرهاق .
- 6- تسريع عمليات الشفاء للبشره
أن حبوب اللقاح، وعند استعمالها بشكل موضعي على البشرة، تساعد على تسريع عملية الشفاء، وذلك لأنها تزيد من تدفق الدم إلى المنطقة المصابة وتقتل البكتيريا المتواجدة في المنطقة وتعمل على ترطيب البشرة. وقد أدخل العلماء الفرنسيون المداواة بحبوب اللقاح في معظم العلاجات التجميلية للبشرة حيث أثبتت فعاليتها في تجديد الخلايا ومعالجة القروح والبثور.
- 7- حبوب اللقاح مكمل غذائي ممتاز
أن تناول حبوب اللقاح بانتظام كمكمل غذائي يعود بالعديد من الفوائد على الجسم والصحة، بما في ذلك إنجاب أطفال أكثر قوة وصحة وتحسين وظائف وصحة العضلات وتحسين وتيرة عمليات الأيض في الجسم.
- 8- فوائد حبوب اللقاح للرجل
* علاج تضخم البروستاتا وما يرافق هذا التضخم من ضغط على مجرى البول ، وتساعد حبوب اللقاح على إرخاء العضلات المحيطة بمجرى البول بما يخفف عدد مرات التبول .
* إثارة الشهوة الجنسيّة عند الرجال وتحسين أدائه خلال الجماع و زيادة الخصوبة لما تحتويه حبوب اللقاح من نسب مرتفعة من المعادن والفيتامينات والأحماض الأمينيّة التي لها القدرة على تحسين قوام السائل المنوي بما يحتويه من حيوانات منويّة بالتأثير على زيادة سرعتها وحركتها وزيادة أعدادها ما يزيد من فرص حدوث الحمل و زيادة القدرة على الانتصاب والاحتفاظ به لفتره اطول وعلاج بعض أمراض العجز الجنسي.
- 9- تحسين القدرات العقليّة وزيادة الاستيعاب والتركيز، والتقليل من النسيان والتشتت العقلي.
- 10- علاج التهابات الأنسجة الرئويّة وبالتالي التخفيف من حدة نوبات الربو .
- 11- تحسين عمليّة الهضم والوقاية من الإصابة بعسر الهضم أو التلبك المعوي، بسبب احتوائها على إنزيمات تسهّل عملية هضم الطعام وزيادة القدرة على استخلاص العناصر الغذائيّة منه وايضا يقلل من الحموضة لدى مرضى زيادة حموضة المعدة لا سيما إذا خلط بعسل النحل.
- 12- التخفيف من حدة وشدة الآثار الجانبية للعلاج الكيميائي لمرضى السرطان، وما يتبعه من غثيان وانخفاض في نشاط الجسم ، وعند خلطها بغذاء ملكات النحل مع العسل يعطل نمو الخلايا السرطانية.
- 13- منع تأكسد الكوليسترول الضار في الأوعية الدمويّة مما يقي من حدوث الانسدادات التي تنتج عنها الخثرات الدمويّة ، ويكفي أنه يقوي الشرايين الرفيعة وأنه الأغنى أطلاقا بما يحتويه من RNA و DNA.
- بالاضافه الى قدرته على التقليل من امتصاص الدهون من الطعام المتناول، وهو ما يمكن الاستفادة منه لراغبي خسارة الوزن.
- 14- خفض مستويات السكر في الدم، بفضل ما تحتويه حبوب اللقاح من الأحماض الدهنيّة غير المشبعة، والدهون الفوسفاتيّة.



- 15- علاج حالات الإمساك المستعصية والإسهال في نفس الوقت ومشاكل القولون.
- 16- مانع للإصابة بسقوط الشعر لاحتوائه على مادة الروتين.
- 17- فوائد خاصة للنساء ومنها الحصول على جلد رقيق أملس ويستخدم في مستحضرات التجميل ويزيل جميع الأعراض أثناء فترة الدورة الشهرية. ومغذي مهم للمرضعات .
- 18- وفي مجال الحساسية الموسمية ثبت أنه بتناول العسل ممزوجا بحبوب اللقاح طوال فترة شهر قبل موسم تطاير غبار طلع الأزهار يحمى المريض من مرض الحساسية المزمنة.
- 19- ثبت أيضا أن حبوب اللقاح يعالج فقر الدم لأنه يحوي الكثير من الأحماض المفيدة وفيتامين ب 12 التي لا يستطيع الجسم أن ينتجها.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

خل التفاح (GCCNature)

ماهو خل التفاح (GCCNature)

يُعدُّ خل التفاح سائلاً يتم إنتاجه عن طريق تخمير عصير التفاح، وذلك بإضافة الخميرة، أو البكتيريا، والتي تحوّل السكر الموجود فيه إلى كحول ثم إلى خل، ويحتوي على أحماض متعددة، ومن أهمّها حمض الخليك (بالإنجليزية: Acetic acid).

فوائد خل التفاح (GCCNature)

- 1- فوائد خل التفاح للبشره والشعر
تنقية وعلاج البشرة ، علاج حب الشباب لاحتوائه على مضادات للبكتيريا ، ترطيب البشرة وإزالة البقع ، تحسين مظهر البشرة وإزالة علامات الشيخوخه من البشرة ، علاج فطر الأظافر ، علاج اللدغات وحساسية الجلد، ايضا يمكن لخل التفاح السيطرة على البكتيريا والفطريات التي تؤدي إلى مشاكل فروة الرأس، مثل الالتهابات والحكة المزعجة، يحتوي خل التفاح على العديد من الفيتامينات والمعادن المهمة للشعر، مثل فيتامين سي، وفيتامين ب، كما أن هناك بعض الآراء عن احتوائه على حمض ألفا-هيدروكسي، وهو يساعد على إزالة قشرة الرأس، كما أنه مضاد للالتهابات كذلك فوائد خل التفاح كبيره لقتل فطريات القدم عن طريق عمل مغطس بتركيز مخفف للاقدام .
- 2- التقليل من الحلويات
خل التفاح سوف يجعلك أقل تشوقاً لتناول الحلويات، حيث يساعد حمض الأسيتيك في الخل على تقليل الرغبة الملحة في تناول السكريات.
- 3- التخلص من الكوليسترول الضار
حيث يساعد في تكسير الدهون الثلاثية التي تزيد فرص الإصابة بأمراض ومشكلات القلب الخطيرة، لأن هذه الدهون تهدد صحة الشرايين وتسبب إنسدادها.
كما تساهم الألياف الغذائية الموجودة في خل التفاح "البكتين" في التخلص من الكوليسترول الضار في الجسم.



- 4- الحماية من مشاكل المعدة
يقوم خل التفاح بصنع عجائب في المعدة، كونه يحتوي على مادة البريبايوتكس التي تنظم كمية الحمض الموجودة في المعدة، وبالتالي تريحها وتقلل من الشعور بالانتفاخ كما أن خل التفاح يومياً سيساعد في تنظيم عملية الهضم وعدم وجود أي مشكلات في المعدة مثل عسر الهضم والإمساك.
- 5- تقليل نسبة السكر في الدم
يزيد من كفاءة الأنسولين في تكسير السكر، ويكفي تناول جرعة منتظمة يومياً من خل التفاح لتنظيم نسبة السكر في الدم.
كذلك يساهم خل التفاح في مقاومة الإصابة بمرض السكري لدى الأشخاص الذين لديهم استعداد للإصابة به.
- 6- إستفادة أكثر من الطعام
يساعد خل التفاح في إمتصاص المواد المفيدة والعناصر الغذائية من الأطعمة بصورة أفضل، مثل الكالسيوم والحديد.
وبالتالي تكون صحة الجسم أفضل ويتحسن الأداء وتزداد الطاقة، ويصبح الجهاز المناعي أكثر قوة وفعالية في مقاومة الأمراض.
- 7- خفض فرص الإصابة بالسرطان
أثبتت بعض الأبحاث أن لخل التفاح قدرة في القضاء على الخلايا السرطانية، وتفسير هذا أنه مادة قلوية تساعد في إستعادة التوازن القلوي الحمضي في الجسم.
وعندما يحدث هذا التوازن، فإن فرص الإصابة بالسرطان تقل لأن الخلايا السرطانية تزدهر وتتنمو في البيئة الحمضية.
- 8- حماية أكبر من البكتيريا الضارة
يمنع خل التفاح نمو البكتيريا الضارة في المعدة، وذلك لإحتوائه على حمض الأسيتيك الذي يقتل البكتيريا المسببة للأمراض، فضلاً عن الفيروسات والميكروبات الضارة.
- 9- إمكانية تحسين أعراض متلازمة تكيس المبايض
التي تُعرّف على أنّها حالة هرمونية مرتبطة بعدم انتظام الدورة الشهرية، وارتفاع مستويات هرمون الأندروجين (بالإنجليزية: Androgen)، وتكيسات المبيض، ومقاومة الإنسولين، وقد بيّنت بعض الدراسات أن شرب ملعقة كبيرة تُعادل 15 مليليتراً من خل التفاح مع 100 مليليتراً من الماء يومياً يمكن أن يساعد على تحسين أعراضها.
- 10- فوائد خل التفاح للتنحيف
تأتي معظم فوائد خل التفاح للتخسيس وإنقاص الوزن من حمض الأسيتيك، حيث أن بعض البحوث تشير إلى أن حمض الأسيتيك الموجود في خل التفاح قد يؤدي إلى فقدان الوزن بعدة طرق (يساعد حمض الأسيتيك على خفض مستويات السكر المرتفعة في الدم ، يقلل حمض الأسيتيك من نسبة مستويات الأنسولين إلى الجلوكاجون، وقد ثبت أن ذلك أفضل لحرق الدهون. يحسن عملية الأيض والتمثيل الغذائي، مما يزيد من كفاءة حرق الدهون، ويقلل إنتاج السكر والدهون في الكبد. يقلل من تخزين الدهون في البطن ودهون الكبد. يثبط الشهية عن طريق التحكم في مراكز الجوع الموجودة في



الدماغ، مما يؤدي إلى انخفاض استهلاك الطعام. يزيد من معدل حرق الدهون وتقليل تراكمها في الجسم).
11- خل التفاح الطبيعي يعمل على خفض ضغط الدم اذا ما تم تناوله بشكل يومي.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

شاي المورنكا (GCCNature)

ماهو شاي المورنكا(GCCNature)

المورنكا (Moringa) جنس نباتي يتبع الفصيلة البانية من رتبة الكرنبيات تُستخدم كغذاء مكمل، لأمراض سوء التغذية. تحتوي على نسبة عالية من الفيتامينات، حيث أن أوراقها تحتوي على 30 ملغم من الكالسيوم وهو يعادل أربعة أمثال الحليب ومن البوتاسيوم ما يعادل ثلاثة أضعاف الموز، وتحتوي على فيتامين (ج) مايعادل سبعة مرات من البرتقال وفيتامين (أ) مايعادل أربعة أضعاف الجزر ومن الحديد مايعادل ثلاثة أضعاف السبانخ ومن البروتين ما يعادل مرتين في الحليب أو ما يعادل بيضة. تغنى الشعراء بشجرة المورنكا وأطلقوا عليها اسم شجرة الحب ومن أسمائها أيضا شجرة اليسر، شجرة الحياة ، الشجرة المعجزة. ورد عنها في الطب الشعبي الهندي أنها تعالج 300 مرض، لإحتوائها على الحمض الدهني الغير مشبع مثل حبة البركة.

فوائد شاي المورنكا (GCCNature)

- 1- ان هذه الشجرة تساعد على علاج أنيميا الدم فيما أجمع عدد من الأطباء على القيمة الفعالة للشجرة في علاج أمراض التهاب المثانة والبروستاتا والسيلان والزهرى والحمى الصفراء واضطراب الغده الدرقيه ونوبات الصداع والصرع .
 - 2 - تحارب الجذور الحرة.
 - تحتوي المورينكا على مضادات للأكسدة تدعى، فلافونيدات، بوليفينول وحامض الأسكوربيك.ومضادات الأكسدة هذه تحارب الجذور الحرة، وهي جزيئات داخل الخلايا تؤدي إلى تلفها وتتسبب بشيخوختها وبإصابتها بأمراض مزمنة كالسرطان.
 - 3- مضادة للالتهابات.
- لدى شجرة المورينكا خصائص مضادة للالتهابات، حيث أن أوراقها قادرة على تثبيط الإنزيمات والبروتينات الالتهابية في الجسم، فتعمل على معالجة الإلتهابات القائمة والوقاية منها.



3- مضادة للالتهابات.

لدى شجرة المورينكا خصائص مضادة للالتهابات، حيث أن أوراقها قادرة على تثبيط الإنزيمات والبروتينات الالتهابية في الجسم، فتعمل على معالجة الالتهابات القائمة والوقاية منها.

4- المورينكا تخفض مستوى السكر في الدم أظهرت إحدى الدراسات التي اشتملت على 30 امرأة أن تناول 7 غرام يوميا من مسحوق أوراق المورينكا طيلة ثلاثة أشهر، أدى إلى خفض مستوى سكر الدم لديهن بمعدل 13.5% .

5 - تخفض الكوليسترول وتحمي القلب وتعمل على خفض ضغط الدم.

ارتفاع مستوى الكوليسترول يهدد الإنسان بالإصابة بأمراض القلب المزمنة، أظهرت الدراسات التي أجريت على الإنسان، أن أوراق المورينكا تحتوي على خصائص تجعلها محاربة للكوليسترول وداعمة في تخفيضه.

6- تحافظ على صحة الدماغ.

تساهم شجرة المورينكا بدعم صحة الدماغ والقدرة الإدراكية المعرفية بفعل نشاطها المضاد للأكسدة، حيث تم اختباره بشكل أولي كمقاوم لمرض الزهايمر واطهرت النتائج تأكيدات أولية على تأثيره. محتوى الأوراق العالي من الفيتامينات يساهم في مقاومة تنكس الخلايا العصبية، ما يحسن وظائف الدماغ. بالإضافة إلى أنها تحسن من المرسلات العصبية للسيروتونين والدوبامين والنورأدرينالين وهي مواد كيميائية تفرز في الدماغ وتلعب دورا في تحسين الذاكرة والمزاج فتحارب القلق والاكتئاب .

5- حماية وتغذية البشرة والشعر.

المورينكا مفيده لحماية الشعر من الجذور الحرة (بالإنجليزية: Free radicals)، ويحتوي على البروتين المفيد في حماية خلايا الجلد من التلف وهي الحل لمشاكل الشعر من التقصف و التساقط، فتجعل الشعر أكثر كثافة و لمعان و تساعد في تطويله.

6-علاج اضطرابات المعدة.

المورينكا تُنَبِّط من نموّ مُسبِّبات الأمراض المُختلفة، ومحتواها عالي من فيتامين B الذي يُساهم في عملية الهضم، لذلك يُعالجُ المورينكا بعض اضطرابات المعدة، مثل: الإمساك، والتهاب المعدة ، والتهاب القولون التقرُّحيّ.

7- مُكافحة الأمراض البكتيريّة.

لامتلاك المورينكا بعض الخصائص المُضادّة للجراثيم، والفطريات، والميكروبات، فإنها يتكافح الالتهابات التي تُسببها السلمونيلا، وفطريات الرازمة والإشريكية القولونية.

8- الحد من الإجهاد وتفعيل هرمونات التوازن التي تساعد على تشغيل الغدة النخامية – الغدة الكظرية.

9- علاج الربو.

تُساعد المورينكا على الحدّ من شدّة بعض نوبات الربو، وتحمي من انقباضات الشُعَب الهوائية، كما تَبَيّنَ أيضاً أنّها تُحسِّنُ من وظائف الرئة، والتنفُّس بشكلٍ عام.

10- المساهمة في تقليل الوزن.

حيث أُتبنت الدراسات ان المورينكا لها قدرة الحدّ من زيادة الوزن، والسيطرة عليه، كما يُساعد مُحتواه العالي من فيتامين B على الهضم بفعاليّة، ويُمكن أن يُساعد الجسم على تحويل الطعام إلى طاقة بدلاً من



تخزينه كدهونٍ وذلك عن طريق تسريع الايض ويُقلل من الإعياء، ويُحسّن من مستويات الطاقة ويزيل السوائل الزائدة والغازات من الامعاء ويقلل الشهية ويقوم بإزالة الترهلات حول الفخذين و البطن والخصر.

11- الحماية من اعتلال الشبكية.

سببه التهابٌ في أوعيةِ الدّم داخل العين، وقد يُسبّب العمى في حال عَدَمِ علاجِهِ، وتبيّن أنّ المورينكا تساعد على وقف اعتلال الشبكية عند مرضى السكري بتنظيم نسبة السُّكَّر في الدم، وحماية شبكية العين من الالتهاب.

12- تعزيز التئام الجروح.

تملِك المورينكا خصائص تُخثِر الدّم، والتي قد تُقلّل من مُدّة التئام الجروح، والخُدوش، وبالإضافة إلى ذلك فإنّ خصائصها المُضادّة للبكتيريا، والفيروسات يُمكن أن تمنع أيضاً من الإصابة بالتهابات الجروح المُحتملة.

13- تساعد في نمو الأسنان و العظام و تقويتها والوقايه من هشاشة العظام لاحتوائها على الفسفور بكميات كبيره والكالسيوم, المساهمة في علاج التهابات المفاصل والعظام و النقرس والروماتزم.

14- فوائد المورينجا للجنس.

تساهم في زيادة القدرة الجنسية عند النساء والرجال، و ذلك عن طريق تحفيز و تنشيط هرمون الأستروجين في الرحم، و تساهم في زيادة القدرة الجنسية عند الرجال عن طريق تنظيم ضغط الدم و تنظيم مستويات السكر فيه، و بالتالي الوقاية من أمراض السكري و القلب والتي تلعب دورا مهما في مشاكل الضعف الجنسي ومشاكل الانتصاب عند الرجال.

15- فوائد شجرة مورينكا للكبد/

تقليل تلف الكبد, استعادة الأنزيمات الحية للكبد واعادة تشغيلها, الحد من الالتهابات, تقليل الإجهاد التأكسدي في الكبد, عملية التخلص من السموم.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com



(GCCNature)Super food

فطر عرف الاسد (Hericium)

ماهو فطر الاسد (GCCNature)

يعرف فطر عرف الأسد أيضاً بيامابوشيتاكي أو يمرهاوتوقو وهو فطر عريض أبيض. ينمو في الدول الآسيوية مثل الصين والهند واليابان وكوريا. ويحتوي فطر عرف الأسد على مواد تعد منشطات حيوية ذات تأثير فعال على الجسم وخاصة المخ والقلب والجهاز الهضمي و يعد فطر عرف الأسد من أهم الفطريات التي تنمو في الطبيعة على جذوع الأشجار، ويُسمى الفطر بهذا الاسم؛ لأن شكله يشبه عرف الأسد، وتستغرق مراحل النمو والنضج من 10 إلى 14 يوماً، ويستخدم كغذاء ودواء حيث تشبه نكهته سرطان البحر والجمبري، ويحتوي على نسب عالية من المواد الغذائية

فوائد فطر الاسد (GCCNature)

1. تحفيز وتنشيط وإصلاح خلل الخلايا العصبية، وبالتالي فهو مضاد للزهايمر وأشكال العتة الأخرى.
2. يقوي الجهاز العصبي بصفة عامة، ويعالج الأمراض الناتجة عن تضرر غشاء المايلين المُغلف للخلايا العصبية، مثل: التصلب المتعدد (فقدان التناسق الحركي)، الآلام العصبية، وآلام الأعضاء الطرفية، ويخفف من حدة ألزهايمر ومرض باركنسون، حيث أنه يعمل على تنشيط النبضة العصبية التي تمر عبر النيرون، مما يكون له أفضل الأثر على أداء الخلايا العصبية بصفة خاصة، والجهاز العصبي بصفة عامة.
3. زيادة نسبة التروية لخلايا الجسم عامة، وخلايا الدماغ بصفة خاصة فيقوي الذاكرة.
4. مضاد للالتهابات الناتجة عن الرشاشيات والبكتيريا الضارة والميكروبات والمبيضات.





5. فطر عرف الأسد يساعد في تخفيف أعراض الفلق والاكنتاب ومعالجة اعراض ما بعد توقف الطمث لدى النساء.

6. فطر عرف الأسد يبدي سرعة في وقت التعافي من إصابات الجهاز العصبي الناتجة عن السكتة الدماغية واصابات الاعصاب الطرفية.

7. فطر عرف الأسد يحمي ويبقي من قرحة المعدة والأمعاء وكذلك حماية بطانه المعده ومضاده لبكتريا المعده الحلزونية.

8. فطر عرف الأسد يمكن أن يقلل من خطر الإصابة بأمراض القلب بعدة طرق ومنها تقليل نسبة تاكسد الكليسترول الضار ومنع التصاقه بالشرايين وايضا منع تخثر الدم وايضا لاحتوائه على مركبات فيتامين B مما يمنع حصول الجلطات القلبية والسكتة الدماغية وفيما يبدو أن فطر عرف الأسد يفيد القلب والأوعية الدموية بطرق متعددة.

9. خفض نسبة السكر في الدم ومعالجة الاعتلالات العصبية الحاصلة في الاعضاء الطرفية والطريقه التي يتبعها فطر عرف الأسد ليخفض نسبة السكر في الدم ، هي منع فرز والحد من نشاط الإنزيم ألفا جلوكوسيديز الذي يكسر الكربوهيدرات في الأمعاء الدقيقة، وما أن يبدأ بحظر هذا الإنزيم ، فإن الجسم يصبح غير قادراً على هضم وامتصاص الكربوهيدرات على نحو فعال وصحيح ، مما يؤدي إلى انخفاض مستويات السكر في الدم، كذلك يقلل مستخلص فطر عرف الأسد من ألم الأعصاب السكري والوخز في اليدين والقدمين .

10. وتشير بعض الأبحاث والدراسات إلى أن فطر عرف الأسد لديه القدرة على مكافحة السرطان ، وذلك بفضل العديد من مركباته الفريدة النادرة.

في الواقع، عندما تم مزج مستخلص فطر عرف الأسد مع الخلايا السرطانية البشرية في أنبوبة اختبار، فإنها تؤدي إلى موت الخلايا السرطانية بمعدل أسرع، وقد أثبت ذلك على عدة أنواع من الخلايا السرطانية ، بما في ذلك الخلايا التي تصيب الكبد والقولون والمعدة و في سرطان الدم.

11. يحتوي فطر عرف الأسد على مركبات مضادة للأكسدة ومضادة للالتهابات والتي قد تساعد على الحد من تأثير الأمراض المزمنة وتقوية وتعزيز جهاز المناعة علما أن الإلتهاب المزمن والإجهاد التأكسدي هما السبب الرئيسي في العديد من الأمراض الحديثة ، بما في ذلك أمراض القلب والسرطان واضطرابات المناعة الذاتية.

12. الأبحاث التي أجراها الدكتور كاواكيشي (Kawakishi) بجامعة شيزوكي (Shizoka) في اليابان على استخدامات فطر عرف الأسد تبين فاعلية الفطر في معالجة أمراض العصب القحفي، مثل:



النسيان والخرف التي تنتج عن نقصان أو شذوذ أو انسداد أو تضرر في الخلايا العصبية، ومن أهمها مرض الزهايمر، وعمل الدكتور كاواكيشي على استخلاص من الفطر واستخدامها في تحفيز خلايا الدماغ للمساعدة على إيجاد معدلات أسرع لنمو وإصلاح خلل الخلايا العصبية والتغلب على أمراضها، وكانت النتائج ممتازة، حيث تبين أن مادة هيريسينون (Hericenon)، المُستخلصة من الفطر تحفز خلايا الجهاز العصبي، وتساعد على نمو الأعصاب وإصلاح تضررها بدرجة كبيرة.

13. يوجد في فطر عرف الأسد أيضا مادة تسمى:

إيريناسين أي (Erynacin-i) تحفز معدل نمو الأعصاب إلى الضعف، وإذا أضفنا تأثيرات مجموعة فيتامين (ب) الذي يؤثر على الدم والأعصاب نجد أن المحصلة هي تنشيط كامل للخلايا العصبية، وفي الصين يستخدم الفطر في الطب الشعبي على نطاق واسع مما جعله ينتشر على هيئة أقراص فعالة في حالات الالتهابات المعوية والمعدية وقرحة المعدة ومشكلات الجهاز الهضمي أيضا.

14. المواد الموجودة في فطر عرف الاسد فعالة للغاية في معالجة الأورام السرطانية، ومثل أكثر الأدوية فإن مادة السكاريد توجه خلايا معينة في جهاز المناعة بعد تنشيط تكاثرها من 2 : 5 مرات إلى مُحاربة الخلايا السرطانية، وتلك الأبحاث قد جرت في الصين واليابان وكوريا الجنوبية، ومن أهمها تلك التي أجراها الدكتور ميزنو (Mizno Dkhashi) بجامعة شيزوكا (Shizoka) اليابانية وخلص إلى النتائج التي عرضناها، ونجد أن الطب الصيني يصف فطر عرف الأسد للمرضى المصابين بسرطان الجهاز الهضمي.

15. وفي اليابان هناك براءتا اختراع حول الفطر:

الأولى في عام 1990 بعنوان: "عامل تنبيه النمو العصبي" والثانية في العام 2004 بعنوان: "عامل تنشيط النمو العصبي"، وكليهما تم استخدام مواد مستخلصة من الفطر.

وأفادت نتائج دراسة أجريت عام 1985 فاعلية الفطر في علاج التهاب المعدة الضموري، وفي دراسة أخرى نشرت عام 1995 لأفادت النتائج أن استخدام الفطر قد ساعدت في تمديد متوسط العمر المتوقع لمرضى الالتهاب الكبدي، ولا تزال الأبحاث جارية لاستخلاص المزيد من النتائج عن تأثيرات فطر عرف الأسد العلاجية.

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

عصير الفاكهه المورنزي (النوني) (GCCNature)

ما هو عصير المورنزي (GCCNature)

مشتق عصير المورينزي من ثمرة نبات دائم الخضرة صغير يسمى noni ، المعروف أيضا باسم التوت الهندي ، والتي توجد عادة في المناطق المدارية وشبه المدارية العالمية ، الاسم النباتي Morinda citrifolia ، ينتمي noni إلى عائلة Rubiaceae ويتمتع بكونه "ملكة" جنس Morinda نظرًا لسماته البارزة وطبيعته المتنوعة وقدرته المميزة على نشر نفسه عادةً على شاطئ البحر دون الحاجة إلى تدخل بشري كبير ، وهي واحدة من الأنواع الأولى التي تنمو على تدفقات الحمم البركانية الطازجة المترسبة عادة في مناطق هاواي، وهو يعد أفضل اكتشاف صحي طبيعي في الخمسين عاما الماضية فهو غذاء فوق العادة يحتوي على مضاد أكسده Super وهو الزيرونين Xeronine ويعتبر أفضل مضادات الأكسدة على الإطلاق فهو يعمل حتى مستوى الخلايا فيجدها ويعيد إليها شبابها ونشاطها.

فوائد عصير المورنزي GCCNature

1. صحة القلب والأوعية الدموية

مضادات الأكسدة القوية التي يحتويها تحمي من ارتفاع الكوليسترول والدهون الثلاثية والالتهابات المصاحبة و في دراسة نشرت في عدد 2012 من مجلة "World Journal Scientific". تناول المشاركون بين 29.5 و 188 مليلتر من عصير موريندا سيتريفوليا يوميا لمدة شهر واحد. أظهرت النتائج انخفاض الحمض الأميني homocysteine علامة للالتهابات الذي عند ارتفاعه يرتبط بزيادة خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية ، وقد لاحظ الباحثون أيضًا أن مستويات البروتين الدهني منخفض الكثافة ، أو LDL ، وهو الشكل السيئ للكوليسترول ، انخفضت أيضًا ، في حين أن مستويات البروتين الدهني عالي الكثافة ، أو HDL ، الشكل الجيد للكوليسترول ، قد ازداد استجابةً لمكملات موريندا سيتريفوليا .



2. خفض نسبة السكر في الدم

كشفت دراسة نُشرت في عدد 2012م من مجلة "الطب التكميلي القائم على الأدلة" أن شكلاً مخمراً من موريندا سيتريفوليا قد يساعد في الوقاية من مرض السكري ، وفي الدراسة المعملية أسفرت أن تناول مكملات موريندا سيتريفوليا لمدة 90 يوماً عن انخفاض نسبة السكري في الدم ، كما خفضت الموريندا سيتريفوليا مستويات الهيموغلوبين A1c ، وهي علامة تعكس مستويات السكر في الدم لمدة شهرين إلى

ثلاثة أشهر قبل الاختبار ، بالإضافة إلى ذلك ، حفز موريندا سيتريفوليا الجين الذي يتحكم في عملية التمثيل الغذائي للكربوهيدرات والدهون والبروتينات ويحفز الخلايا على امتصاص الجلوكوز.

3. يقوي جهاز المناعة /

الاستخدام التقليدي لموريندا كمنشط طبيعي للمناعة والمضادات الحيوية من خلال دراسة نشرت في عدد يوليو 2010م من مجلة "Bulletin Pharmaceutical" . ووجدت الدراسة التي أجريت على حيوانات المختبر أن مستخلص موريندا زاد من إنتاج خلايا الدم البيضاء بنسبة تصل إلى 36 % وزاد من الاستجابة المناعية بنسبة 33 % وخلص الباحثون إلى أن موريندا أظهرت قدرة قوية على تحفيز المناعة.

4. مضادات الأكسدة /

أكدت دراسة أجريت عام 2005م أن عصير المورينزي يحتوي على كمية هائلة مضادة للأكسدة والتي تعمل على تحيد الجذور الخالية من الأوكسجين وتعيد آثارها السلبية ، وأيد بحث أجري على المرضى الذين يعانون من عادات التدخين الكثيفة مما يجعلهم عرضة للكثير من الأمراض تأثير وقائي لعصير في تحسين الجسم وتوفير الإغاثة من الأمراض الناجمة عن الإجهاد التأكسدي.

5. يخفض مستوى ضغط الدم المرتفع.

6. تعمل بالتنسيق مع الميلاتونين والسيروتونين للمساعدة على تنظيم النوم ودرجة حرارة الجسم ودورات الانفعالات النفسية والعصبية.

7. تزيد طاقة الجسم

8. يقاوم الالتهابات والحساسية والبكتيريا وغيرها من الامراض الجلدية .

9. تنشيط الدورة الدموية مما يعمل على إيصال الاوكسجين والغذاء الى الخلايا البعيده.

10. المساعدة على تخفيف الوزن.

11. مفيد جدا لتنظيم الدورة الشهرية عند النساء.
12. يقضي على الام الصداع النصفي.
13. يقلل من فرط الأمراض المتعلقة بتقدم السن على نحو مبكر كآلتهاب المفاصل أمراض القلب السكري والجلطات.
14. يوازن درجة الحموضة والقلوية PH للجسم حيث يحافظ عليها عند الدرجة المثالية 6.4 وبالتالي يزيد من قدرة الجسم على امتصاص جميع المعادن والفيتامينات.
15. يعطي عصير النوني (المورينزي) البشرة نضارة و حيوية، وذلك بسبب احتوائه على مادة انثراكوينونيس و هي التي تعمل على إنتاج مادة الكولاجين الذي يقوم بشد البشرة و حمايتها من التجاعيد، ويعطي للبشرة مظهر صحي وجميل.
16. مانع لمرض السرطان
وقد تم التأكد من الخصائص المضادة للسرطان في عصير المورينزي ، فقد اقترحت مختلف الأبحاث السريرية والمخبرية الخصائص الوقائية الكيميائية قدرة العصير في الوقاية من أنواع مختلفة من السرطان مثل الرئة والكبد وسرطان الكلى بسبب وفرة مضادات الأكسدة الشافية وقال الدكتور وانغ ، في بحثه عن “التأثير الوقائي للسرطان لعقار موريندا سيتريفوليا (نوني)”
preventive effect of Morinda citrifolia (Noni Cancer) ، أنه يظهر فعالية في الحد من مخاطر السرطان بفضل قدرته على منع ارتباط الحمض النووي المسرطن ومنع تكوين الارتباط ، وعلاوة على ذلك ، كشفت أدلة عن فعالية العصير في تأخير نمو الورم في الغدد الثديية عن طريق تقليل وزن وحجم الأورام في الأشخاص بشكل ملحوظ .
17. حماية الكبد
وكما هو معروف أن لفاكهة فعاليتها في الحماية من أمراض الكبد. وهذا ما تدعمه دراسة أجريت عام 2008م ، حيث يمارس عصير النوني تأثيرات واقية من أمراض الكبد ، فتساعد في حماية الكبد للتعرض للمواد الكيميائية الخارجية المزمنة وتحمي من الأمراض الرئيسية مثل تلف الكبد .

[E-mail: info@gccnature.com](mailto:info@gccnature.com)

[Website: www.gccnature.com](http://www.gccnature.com)



(GCCNature)Super food

فطر الكورديسيبيس (GCCNature)

ماهو فطر كوردسيبيس (Cordyceps sinensis)

فطر الكورديسيبيس من الفطريات التي تنمو في جبال الألب على ارتفاعات قد تصل من 3000 إلى 5000 متر، حوالي (9800 إلى 16000 قدم) في الأراضي المنبسطة التي تعيش فيها الحشرات.. وتضع فيها بيوضها، فينمو فطر الكورديسيبيس طفيليا على أجساد اليرقات والحشرات، والتي تعمل كمضيف للفطر الطفيلي فيغزو جسمها ويملاً تجويفها بالكامل، ويستبدل في نهاية المطاف نسيج المضيف ويأخذ شكله، ويتفجر من الأرض في الربيع بطول من 5 إلى 15 سم

المكونات الغذائية لفطر الكورديسيبيس:

- 1- البروتينات والأحماض الأمينية.
 - 2- الأحماض النووية: وهي جزء من الحمض النووي وبنية الحمض النووي الريبسي.
 - 3- الأحماض العضوية: وهي حيوية في الحفاظ على هيئة التمثيل الغذائي العادي.
 - 4- السكريات: تنظيم الجهاز المناعي.
 - 5- الفيتامينات والمعادن :
- مثل Vitamins (1B), 2B, 12B, K, E. المعادن: (K, Na, Ca, Mg, Fe, Cu, Mn, Zn, and Zr, V, Ga, Cr, Ti, Sr, Ni, iS, Al, Se, Pi.

فوائد فطر الكوردسيبيس GCCNature

- 1- يعمل على تعزيز الطاقة الكلية وقدرة التحمل للجسم، كما يعمل على تنظيم وظيفة الجهاز المناعي، ومقاومة الأمراض المناعية.





- 2- يساعد على تعزيز الجهاز المناعي لمرضى الأورام الذين تلقوا العلاج الإشعاعي، أو العلاج الكيميائي، ويعمل على استقرار الصيغة الدموية، وزيادة خلايا الدم والبروتين لإنتاج بلازما الدم، والقضاء على الآثار السيئة بعد العلاجات المختلفة، كما يعمل على تعزيز فعالية العلاج الإشعاعي.
- 3- مضاد للأكسدة: وهو بالتالي مضاد للأورام (والأكسدة هي العملية الرئيسية التي تحدث غالبًا في الشيخوخة).
- 4- تأثير مضاد للالتهابات (ونعرف أن الالتهابات هي سبب أو عامل يؤدي إلى مجموعة واسعة من المشكلات الصحية التي تتراوح بين الصداع والتهاب المفاصل، الآلام العصبية، السكتة الدماغية، النوبات القلبية وأمراض المناعة الذاتية).
- 5- يزيد من قوة التحمل، ويقلل من الشعور بالإجهاد العضلي، يعالج آلام الظهر و يعالج التهاب الأعصاب ويعطي المزيد من الطاقة والقدرة على بذل الجهد.
- 6- يحسن الكورديسيبس من الوظيفة الجنسية، ويعمل على تعزيزها، وقد يُساعد على تحسين الغريزة الجنسية، ونوعية الحياة لدى الرجال والنساء الذين يُواجهون إحباطًا جنسيًا، وتأثيره يعمل على تنشيط إفراز المخ للهرمونات الجنسية.
- 7- يُحسن الكورديسيبس نسبة الخصوبة لدى الرجال، فيعمل على زيادة نشاط وأعداد الحيوانات المنوية ، والإقلال من نسبة الحيوانات المُشوهة.
- 8- يُحافظ على صحة وحيوية ووظيفة الجهاز التنفسي، ويعمل على تعزيز عمل الرئتين / الجهاز التنفسي.
- 9- أمراض القلب، والخثرات الدموية: يفيد في منع تصلب الشرايين، ومرض الصمام التاجي للقلب، وعدم انتظام ضربات القلب، وكذلك بعض الأمراض الأخرى المتعلقة بالأوعية الدموية في الدماغ، ويمنع تكون الخثرات الدموية.
- 10- الشيخوخة: فطر الكورديسيبس يوفر منافع ملحوظة لمختلف أمراض السن والشيخوخة، والعجز، الانبعاثات الحرارية، ضعف الأعصاب، والتهاب المفاصل، تليف الكبد، وآلام المفاصل.
- 11- الشيخوخة: يساعد على تحفيز الجهاز المناعي للمسنين وتعزيز مقاومتهم للمرض، ويمكن استخدام جرعات من الفطر لمدة طويلة؛ لمنع اضطرابات الشيخوخة (لدى الجنسين)، وسن اليأس (لدى النساء).

- 12- الشيخوخة: ينشط فطر الكورديسيبيس سينينسيس إفراز الهرمونات الجنسية، ومن المعروف أن أحد أسباب الشيخوخة هو نقص إفراز تلك الهرمونات، وبالإضافة إلى ذلك فإن من عوارض الشيخوخة ارتفاع إفراز إنزيم مونامين الذي يُسبب الاكتئاب ويؤثر إلى حد كبير في حدوث الأكسدة داخل الجسم، ويمكن لفطر الكورديسيبيس أن يمنع بشكل فعال ارتفاع إنزيم من هذا القبيل، وبالتالي يُعتبر دواءً مضاداً للشيخوخة حيث يساعد على تجديد شباب أعضاء الجسم.
- 13- منشط لعمل الكلى، ويفيد في تقوية أنسجة الكلى، ويستخدم فطر الكورديسيبيس سينينسيس في علاج اعتلال الكلى المزمن، التهاب الكلية المزمن، علاوة على ذلك فإن له تأثير مدر للبول ومفيد للوقاية من آلام الكلية.
- 14- ينظم مستوى السكر في الدم وينشط عمل عائلة جلوت (نواقل السكر من الدم إلى الخلايا).
- 15- ينظم مستويات الدهون بالجسم، ويخفض نسبة الكوليسترول والدهون الثلاثية.
- 16- بعد ثلاثة أسابيع من تناول الجرعة، مع ما سبق من أعراض، فإن المرضى يشعرون بتحسّن كبير بصورة عامة في الغالب، وعموماً فإن فطر الكورديسيبيس منشط ومكمل جيد للتغذية الجسدية ومحفز لنشاط المخ.
- 17- فطر الكورديسيبيس يقوم بإعادة تنشيط أجهزة الجسم جميعها مما يمكنها من القيام بوظائفها الحيوية المطلوبة.

E-mail: info@gccnature.com

Website: www.gccnature.com