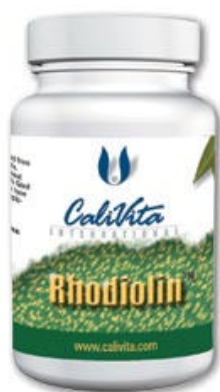


Anti stres proizvod

CaliNews Studeni 2008 • #8.

Rhodiolin – najbolji svjetski adaptogen

Rhodiola rosea naraste 12-30 cm, sočnih je listova i žutih cvjetova, raširena na području arktičkog kruga, u visokim planinama od Skandinavije do Azije. Najčešće ju nalazimo na visoravnima s pjeskovitim tlom iznad 3000 metara. Podzemni dio biljke čini debela rizoma (podzemni dio stabljike) i 0,2 cm debele žile korijena. Za dodatke prehrani, lijekove i kozmetiku uglavnom se koristi rizoma, no korijen biljke sadrži nekoliko tvari s korisnim djelovanjem. Naziva se još i zlatni korijen ili planinska ruža, jer kada se odrežu, rizoma i korijenje mirišu poput ruže.



Rhodiola se stoljećima koristi u popularnoj medicini. Prvi pisani podaci sežu u 77 god. pr. n.e. Grčki liječnik Dioscorides opisao ju je kao lijek. Stari Rimljani i Grci koristili su je protiv umora, Vikinzi za povećanje izdržljivosti i protiv mamurluka, dok su je Eskimi i Laponci žvakali nakon dugog lova, kako bi izdržali napore i dug povratak kući. Ipak, možemo reći da najveću tradiciju ima na dalekom istoku i u Sibiru. U tim je područjima korištena za poticanje izdržljivosti, dugovječnosti, za povećanje vitalnosti mladenaca te kao pomoć kod začeca zdravih potomaka, ali i kao lijek za različite probleme s probavnim sustavom, plućima i živcima. Recept od njenih ekstrakata bio je strogo čuvana tajna kroz stoljeća i samo su odabrani bili upoznati s mjestom rasta ove biljke. Profesor Krilov s Ruske akademije znanosti je 1961. g. proveo istraživanje u Altajskom gorju. Tamo je otkrio da je zlatni korijen, tajanstvena biljka čudesnih ljekovitih moći, upravo Rhodiola rosea. Nakon tog otkrića započela su temeljita proučavanja biljke prihvaćenim znanstvenim metodama. Dokazano je da je ekstrakt biljke adaptogen te da mentalno i fizički jača tijelo. Ova su istraživanja iskorištena u sovjetskom programu istraživanja svemira '60-tih godina, i Rhodiola je ubrzo postala jedan od univerzalnih lijekova za podizanje kondicije astronauta.

Rod Rhodiola obuhvaća više od 50 vrsta. Njene aktivne tvari mogu se podijeliti u 6 grupa: fenilpropanoidi, derivati feniletanola, flavonoidi, monoterpeni, triterpeni i fenolne kiseline. Fenilpropanoidi (rozin, rozavarin, rozarin) se mogu pronaći samo u Rhodiola vrstama, što je jedan od razloga njihovog biološkog značaja (1986, Kurkin i Dubichev).

1965. g. počeli su je primjenjivati za djelovanje na središnji živčani sustav, prvenstveno za povećanje mentalne snage, protiv stresa i kao psihostimulans za poticanje opće kondicije. Primijećeno je da stimulira područja koja utječu na učenje i pamćenje. S obzirom da je Rhodiola bogata fenolima, treba spomenuti i njenu ulogu antioksidansa, što joj omogućuje suzbijanje štetnog djelovanja slobodnih radikala. U nekoliko zemalja koristi se kao ljekovito sredstvo (npr. od 1969. g. u Rusiji, od 1985. g. u Švedskoj) te kao sastojak proizvoda s ljekovitim djelovanjem. Danas se širom svijeta provode brojna istraživanja s ciljem proširenja primjene ove biljke.

Informacije, učlanjenje i narudžbe na: www.vitamini-hr.com

098/359-482, 091/47-44-777

info@calivita-hr.com