

# ASHWAGANDHA

## Withania somnifera, prášek z kořene, BIO

Ašvaganda, "indický ženšen", je po tisíciletí jednou z nejdůležitějších léčivých bylin Ájurvédy – systému tradičního indického lékařství. Tato vytrvalá bylina roste na suchých až vyprahlých půdách polo/pouští a k léčivým účelům se využívá její kořen.

Jde o vysoce účinný přírodní adaptogen a afrodisiakum se širokým spektrem pozitivních účinků, zejména v oblasti omlazení a posílení organismu. Je dokonce přezdívána "bylinou mládí".

K čemu je dobrá:

- podporuje **činnost mozku** v získávání a uchovávání informací – **zlepšuje koncentraci a paměť**
- pomáhá lépe **překonat stres a deprese, zklidňuje spánek**
- **afrodisiakum pro muže i ženy, léčí neplodnost**
- posiluje **imunitu** a má antivirové, baktericidní, protizánětlivé účinky
- **čistí játra a krev** a díky vysokému obsahu železa navyšuje počet červených krvinek
- snižuje krevní tlak, cholesterol i cukr v krvi
- vyživuje svaly a kosti – vhodná pro sportovce, proti artritidě
- vhodná **při léčbě onkologických onemocnění**, protože ochraňuje zdravé buňky před nádorovým bujením

Jak konzumovat:

Jednu čajovou lžičku (3 - 5 gramů) denně - např. rozmíchat v malém množství vody. Nepřekračujte denní dávkování. Není vhodná pro děti, těhotné a kojící ženy.

[www.almaterra.eu](http://www.almaterra.eu)

eshop obchod@almaterra.eu tel. 605 554 005

\*\* doprava po Praze zdarma – i při objednávce jen 1 produktu \*\*