

M'Essence termékcsalád

a hétköznapi életben

Részlet Szabó Nikolett előadásából

Szakirodalmi adatok alapján az idegrendszer működésére, a pszichés folyamatokra rendkívül jó hatással van, mentális eltéréseknél is eredménnyel alkalmazható. A hatósági munkák illetve a táplálkozás-egészségügyi vizsgálatok során megbizonyosodtam magam is arról, hogy **számos betegség háttérében a helytelen táplálkozási szokásaink állnak.**

Ezek közé tartozik például a cukorbetegség, az elhízás, vagy akár a daganatos megbetegedések.

A helytelen táplálkozásból adódóan a felborul szervezetünkben az egyensúly, bizonyos területeken hiány, másutt többlet mutatkozik. Ebből adódóan gyulladós folyamatok indulnak ki. Sok megbetegedés háttérében áll a gyulladás. Ha az immunrendszerünk jól működik, nem csak a baktériumok és vírusok, hanem a daganatos betegségek ellen is védekezik. Ez mindig ott alakul ki, ahol az oxigénellátottság csorbat szenved a szervezetben.

A közegészségügy feladata lenne, hogy különböző ajánlásokkal elősegítse a népesség helyes táplálkozási szokásait, életmódját. Ehelyett szűrővizsgálatokra sarkall bennünket, ami magát az alapproblémát nem oldja meg. A népesség 60 százaléka túlsúlyos, elhízott. 10-15 százalék cukorbeteg, 20-40 százalék metabolikus szindrómában szenved, 54 százalék szívbetegségben, 30 százalék rákban hal meg.

Nagyon sok a túlsúlyos gyermek, belőlük általában elhízott felnőtt lesz.

A 2009-ben OTÁP program (országos táplálkozási és tápláltsági vizsgálat) során végzett reprezentatív vizsgálat szerint **a magyarországi nők elhízottsága 67 százalékos, a magyarországi tápláltsági mutatók a legrosszabbak közé tartozik.** Ez azért rendkívül fontos, mert az elhízott embereknél számos betegség kockázata nagyobb, mint normál testsúlyú társaiknál. Tehát sok minden visszavehető a táplálkozásra.

De nem csak a táplálkozásunkkal, hanem az emésztésünkkel is gond van. Az adalékanyagok, színezékek egy része elraktározódik a szervezetben, nem bomlik le, kumulálódik, és táptalajává válik többek között az allergiának.

Táplálékunk a szervezet számára szükséges tápanyagokat, vitaminokat és ásványi anyagokat nem tudja kielégíteni, ezért étrend kiegészítőket kell fogyasztanunk. Ezzel pótoljuk a hiányzó vitaminokat és ásványi anyagokat.



Szabó Nikolett,
Gyógymóka Kutató,
M'Essence termék-
család fejlesztője,
tudományos szakértő.

Nikolett a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi Karán táplálkozás-tudományt tanult, majd hat évig a kiegészítő készítmények hatósági ellenőrzését végezte a népegészségügyi szolgálatnál. Eközben tudományos tevékenységet is folytatott.



Miben lehet segítségünkre a bio gomba család?

Ezeknek a hatóanyag tartalma, ami a legszélesebb spektrumban hat a gyulladásokra, allergiákra, daganatos és autoimmun betegségekre. Ezekkel a kombinációkkal sok betegségre tudunk segítséget nyújtani.



Shiitake gomba

Az immunrendszerünk bástyája. Fő hatóanyaga a lentinán nevű poliszacharid. Legfontosabb hatásai: antivirális, immunstimulálás, pozitív hatást fejt ki a májra és hasnyálmirigyre. Az influenza elleni védőoltás természetes alternatívája. Védi a gyomor- és bélrendszert, jó hatással van a sejtek regenerációjára, gyomorfekély és refluxos tünetek esetén is használják. Cukorbetegknél elősegíti a hasnyálmirigy sejtjeinek regenerálódását, mellékhatások nélkül enyhíti az inzulinhiányt.

Ezek a gombák egymás hatását elősegítve különböző betegségek esetén kombinálhatók. Gyulladásos megbetegedéseknél Reishivel javaslom a kombinációt.

Maitake gomba

Gazdag ásványi anyagokban, B, D-vitamin és rosttartalmajelentős. Daganatos megbetegedés esetén segíti az immunrendszer működését. Elsősorban a májra gyakorolt pozitív hatását emelném ki. A koleszterinre gyakorolt hatását tudományos kísérletben igazolták 1996-ban: megváltoztatta a máj zsírsavanyagcseréjét és csökkentette a vérben a triglicerid szintet. Gyermekkori hyperaktivitás esetén a Reishivel kombinálva ajánlom.



Mandula gomba

Brazíliaiban és Peruban őshonos, a hazai termesztése nehéz. Magas a szénhidrát és a fehérje tartalma. Immunrendszerből kiinduló betegségek, illetve I. típusú cukorbetegség esetén nagyon kedvező a hatása. Nőgyógyászati daganatoknál jótékony, D-vitamin tartalma miatt különösen ajánlott, ugyanis minden második magyar ember D-vitamin hiányos, amire visszavezethetők a különböző vírusos megbetegedések.



Reishi gomba

A lélek gombájának is szokták nevezni, spirituális erőt tulajdonítanak neki. Elsősorban tumor-ellenes és gyulladáscsökkentő hatását emelném ki. A különböző gyulladásos betegségeknél nagy hatékonysággal alkalmazható. Cukorbetegség, autoimmun betegségeknél ajánlott, Candida ellenes hatása tudományosan igazolt. A bio gombák elsősorban az immunrendszeren keresztül hatnak. Fogyasztásuk a normál



klinikai kezelések mellett a szervezet támogatásának egyik legjobb módszere.

Szabó Nikolett tapasztalata a bio gombákkal kapcsolatban:

– Nálunk daganatos betegek fogyasztják legnagyobb számban, így e téren tettem szert a legjelentősebb személyes tapasztalatra – tette hozzá Nikolett. – Ilyenkor a hatás a vérképből is látszik: nem romlanak az eredmények, jó közérzeti állapotban tudják a kezelést végigvinni a betegek.

Például egy 70 éves férfi beteg, akit végbél rákkal kezeltek, két hónapos gyógygomba kúra mellett 25 sugár, plusz kemoterápiás kezelést kapott. A cél az volt, hogy ne kelljen kivezetni a végbelét. A kezelés végére a tumor eltűnt.



Autoimmun betegknél Bazei és Reishi gomba együttes alkalmazása esetén mindig tapasztaltak pozitív hatást. Egy négy és egy nyolc éves kisgyermeknél például sikerült elérni, hogy tudnak közösségbe járni.

A **cukorbetegknél** Nikolett tapasztalatai szerint Mitakival érhető el a legjobb hatás. A készítményből naponta 3 x 1 ml-t javasolt étkezés előtt fél órával bevenni. Gyerekeknek is fogyaszthatják négy éves kortól, semmilyen negatív tapasztalat nincs erre vonatkozóan. Mellékhatásként legfeljebb enyhe hasmenést okozhat egy-két alkalommal. A kúra időtartama legyen minden esetben legalább három hónap, de ennek pontos meghatározása a betegségtől is függ.

Meddőségre Reishi, illetve Mandula gombát javasol a szakember, mivel tapasztalatai szerint általában gyulladás áll a háttérben, és az immunrendszer működésének a javítása fontos.

Pajzsmirigy problémák esetén a jódhiány és az autoimmun jelleg miatt Reishi és Mandulagomba először, utána Maitake az anyagcsere és a hormonális folyamatok, valamint a pajzsmirigy működésének normalizálása érdekében.

Ízületi elváltozásokra a Mandulagomba ajánlott, de ha gyulladás is szóba jön, akkor Reishi.

Az hogy bio gombák milyen gyorsan fejtik ki hatásukat, tapasztalataim szerint attól függ, hogy milyen mélyen van a szervezetben a probléma. Ha folyamatos gyulladás áll fenn, mindaddig szedni kell a készítményt, míg a panaszok nem nyhülnek.

Minden szervezet egy individuum, tehát a hatóanyagok nem egyformán hatnak minden fizikumra. Minden esetben konzultáljunk orvosunkkal, természetgyógyászunkkal a legjobb eredmény elérése céljából!