



ZDRAVÉ OČI S LUTEINEM

EYE FACTORS® FORMULA

Zaznamenali jste, že Vaše oči nejsou již tak dobré, jako byly dříve? Musíte více zaostřovat při čtení malých písmen? Máte problém navléknout nit do jehly? Pravdou je, že s přibývajícím věkem oční pozadí degeneruje. Je zde něco, čím můžeme tento proces zpomalit? Existují určité doplňky výživy, které mohou pomoci Vaším očím bez vedlejších účinků? **ANO!**

Preparát **ZDRAVÉ OČI** – obsahuje karotenoidy s obsahem čistého luteinu, extrakt z kanadských borůvek, směs antokyanů, sušený extrakt z mrkve a extrakt ze světlíku lékařského – je kombinací bylinek a výživových látek, u kterých bylo prokázáno, že pomáhají očím. Byliny a výživové látky použité v této kombinaci jsou velice prospěšné pro lidský organismus. Jelikož jsou silnými antioxidanty, zneškodňují volné radikály, které jsou většinou hlavním důvodem zhoršení našeho vidění.

„Na všech očních poruchách se účastní produkce volných radikálů. Ultrafialové paprsky a sluneční záření podporují produkci volných radikálů. Sluneční filtry ve formě slunečních brýlí a antioxidanty obsažené v potravě a v potravinových doplňcích poskytují ochranu našim očím.“ *1

KAROTENOIDY S OBSAHEM ČISTÉHO LUTEINU PRO ZDRAVÉ OČI

Všechny karotenoidy s obsahem čistého luteinu jsou doporučovány pro zdravé oči. Lutein je přirozenou součástí sítnice a čočky. V oku předchází fotooxidaci sítnice. Degenerace sítnice a šedé zákal jsou největším problémem očí ve stáří. Existují výzkumy, které dokazují, že užíváním luteinu se mohou zmírnit oční potíže. Četnost šedých zákalů byla zkoumána déle než 8 let u 50 000 žen. Ženy, které jedly pravidelně špenát, který je velice bohatý na obsah luteinu, měly sníženou četnost výskytu šedého zákalu o 50 %. *2

V této studii, která hodnotila souvislost mezi karotenoidy a věkem zdegenerovanou oční sítnicí, vědci zaznamenali, že lutein a zeaxantin : „ silně souvisí se snížením rizika AMD“ (Age macular degeneration – věkem degenerované sítnice). *3

KANADSKÉ BORŮVKY

Další velice důležitou a klíčovou složkou v přípravku **ZDRAVÉ OČI** jsou kanadské borůvky. Aktivní složka obsažená v kanadských borůvkách je zařazena do skupiny flavonoidů, která se nazývá „antokyany“. Antokyany obsažené v kanadských borůvkách jsou velice silným antioxidantem, který zneškodňuje volné radikály.

Nejúspěšnější studie ukazuje, že extrakt z kanadských borůvek zlepšuje noční vidění s rychlejším přizpůsobením ve tmě a rychlejším přizpůsobením vidění po slunečním oslnění. Hlubší studie ukazují, že extrakt z kanadských borůvek také pomáhá pacientům s hemeralopií (šeroslepost), denní slepotou nebo neschopností vidět v oslnivém světle. „ ... Ukazuje se, že antokyany z kanadských borůvek jsou spřízněny s pigmentovým epitelem a fialovým viděním v oblasti sítnice. Tato část sítnice je zodpovědná za vidění a kontrolu adaptace ze tmy do světla a naopak. Z toho vyplývá, že antokyany obsažené v extraktu z kanadských borůvek jsou velmi důležité v léčbě jak snížené noční viditelnosti, tak snížené denní viditelnosti“. *4

V roce 1964 tým francouzských vědců potvrdil, že borůvky skutečně zlepšují adaptaci ve tmě, zejména po delším oslnění a také zlepšují optickou ostrost viditelnosti v šeru. Ukázalo se, že nejvyšší zlepšení viditelnosti nastalo v průběhu prvních čtyř hodin po užití extraktu z kanadských borůvek, a toto zlepšení viditelnosti zaniklo v průběhu 24 hodin.

Vědci dokázali, že extrakt z kanadských borůvek je také účinný i pro jiná onemocnění např. glaukom (zelený zákal) a cukrovku (diabetes). Mnozí z nás mohou čerpat účinnou pomoc z extraktu kanadských borůvek zvláště při námaze očí nebo při poruchách ostrosti. Jsou vhodné zejména u řidičů, studentů, pilotů, nebo u osob pracujících u počítače.

VÍCE ANTOKYANŮ

Na flavonoidy, které se nacházejí v ovoci a zelenině se zaměřují vědci stále více a více, jelikož jsou známy jako důležité a silné antioxidanty. Patří k nim i antokyany, které jsou přítomny ve standardizovaných extraktech z borůvek (zvláště kanadských borůvek), dále z brusinek, bezinek, hroznového vína, malin a jahod.

RUTIN A KVERCETIN

Kvercetin, jeden z prominentních bioflavonoidů má protizánětlivé účinky a snižuje produkci volných radikálů. Daniel Mowrey ve své knize *Garantovaná síla bylin (Guaranteed Potency Herbs)* předkládá: „... **dvacetiletý výzkum ukázal, že majoritní terapeutická léčba očních nemocí může být svěřena kanadským borůvkám.** Důkladná znalost fyziologických vlastností kanadské borůvky je ještě posílena, rozšířena a doplněna o ostatní přirozeně se vyskytující výživové doplňky. Mezi nejvíce aktivní flavonoidy patří kvercetin a beta karoten“. *5

Bioflavonoidy pomáhají absorpci a udržení vitamínu C, klíčového nepřítele volných radikálů. Zvyšují sílu kapilár, regulují jejich prostupnost, předcházejí krvácení a protržení kapilár a pojivové tkáně. *6 Bioflavonoidy posilují cévní oblast oka a zvyšují odolnost proti infekcím.

SUŠENÝ EXTRAKT Z MRKVE

Je známo, že konzumace mrkve je zdravá pro oči. Před mnoha lety byla potvrzena skutečnost, že beta karoten, který je obsažen v mrkvi nám poskytuje provitamin A, který je nezbytný pro zdravé oči.

SVĚTLÍK LÉKAŘSKÝ

Světlík lékařský je jednou z mála vybraných bylin, který specificky pomáhá očím. Lze použít odvar z celé byliny na obklady „..... obklady pomohou neuvěřitelně rychle vylepšit zarudnutí, otoky a porušení zraku při akutních a subakutních zánětech očí“. *7 Světlík lékařský, však není využíván jen pro vnější použití, ale i k vnitřnímu užití, kde se účinky světlíku lékařského neustále projevují.

Daniel Mowrey doporučuje užívání světlíku lékařského těmito slovy „... pravděpodobně ovlivňuje

i další orgány, např. játra a to tak, že čistí dodávky krve do očí.“ Několik vědeckých studií na světlík lékařský bylo váhavých, ale skutečné využití této byliny zůstává. Tato bylina nebude nikdy zapomenuta a ani opomenuta ve vědeckých výzkumech a moderní medicíně. *5

Doporučujeme Vám, aby jste se skutečně pečlivě starali o své oči a používali účinná preventivní opatření - pravidelně noste sluneční brýle, snižte dlouhé sledování televize nebo monitoru počítače, provádějte relaxační cviky pro oči, užívejte multivitamíny a hlavně využijte antioxidantní sílu přípravku **ZDRAVÉ OČI od výrobce NATURAL FACTORS, Kanada.**

Reference a doporučená četba :

1. Sardi, Bill Vitamins for the Eyes. Health Foods Business. 1995. June.vol.41.no.6.
2. Hankinson, S.E.et al. Brit. Med. Jnl. 1992. 305:335-339.
3. Seddon, J.M. et al. "Dietary carotenoids, vitamins A,C, and E, and advanced age-related macular degeneration. Eye Disease Case -Control Study Group. JAMA 9, 1994. November, 272 (18):1413-20.
4. Murray, Michael T., The Healing Power of Herbs: the Enlightened Person's Guide to the Wonders of Medicinal Plants. Prima Publishing. 1995
5. Mowrey, Daniel B. Guaranteed Potency Herbs: Next Generation Herbal Medicine. 1990. Keats Publishing
6. Dunne, Lavon J. Nutrition Almanac. 1990, 3rd Ed. McGraw-Hill.
7. Weiss, Rudolf Fritz. Herbal Medicine. 1994. AB Arcanum. Gothenburg, Sweden. Beaconsfield Publishers, Beaconsfield, England. 1994