



ПОЛЬЗА ВОДОРОСЛЕЙ ЧУКА ДЛЯ ПОДЖЕЛУДОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Водоросли чука — это дикорастущее растение, которые можно найти на подвесных скалах около морских побережий России, Китая и Японии. Исторической родиной чука считается Япония, именно там начали добывать его из моря и использовать в своем рационе

каждый день, где она и получила свое второе название — Вакаме. С давних пор и по сегодняшний день японцы используют вакаме для приготовления салатов, суши и гарнира к мясу.

В Россию же водоросль чука попала из Китая. В магазинах она продается в замороженном виде, сохраняя свои полезные свойства. На территории СНГ это растение так и осталось в виде диковинного лакомства.

Первое чем вакаме сильно выделяется от других продуктов — это большим содержанием йода, который способствует нормализации деятельности поджелудочной железы. Также йод активно помогает в работе мозга, снимает умственную усталость и способствует сосредоточенности, что особенно актуально для людей, которые

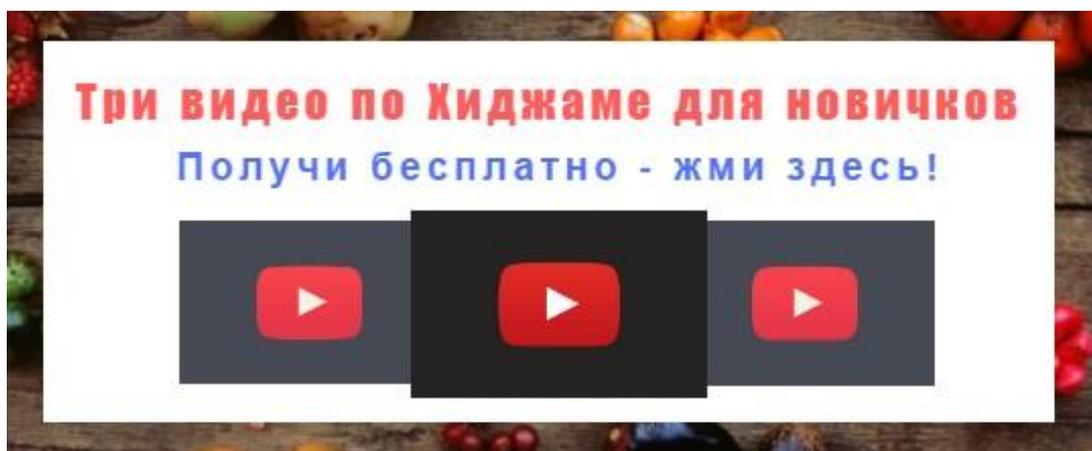
проживают в Северных широтах и испытывают дефицит йода в организме.

Людям, которым делают хиджаму хорошо в пищу подойдет чука, т.к. она способствует очищению крови от токсинов, снижает уровень вредного холестерина и улучшает деятельность сердечно-сосудистой системы.

Состав этой водоросли колоссален: практически весь набор витаминов, Омега-3, клетчатка, коллаген, растительные белки, аминокислоты, холин, тиамин, натрий, магний, марганец, медь, калий, фосфор, железо, селен, кальций, цинк, йод.

Все свои пожелания, просьбы и вопросы пишите на Whatsapp +90 553 327 5507

Или пишите на почту: info@hijama-sunna.ru



Получи три бесплатных видео по хиджаме для начинающих.

С этих видео Вы узнаете:

1. Сколько брать крови за один раз?
2. Как правильно делать надрезы?
3. Как выстроить план идеального здоровья?

Подробнее здесь: [Ссылка на видео](#)