



ПОЛЬЗА АРОНИИ ДЛЯ ОЧИЩЕНИЯ КРОВИ

Родиной аронии считается Северная Америка, именно там ее заметил русский биолог Мичурин И.В. Он привез ее на родину и отдал на выращивание в Горно-Алтайск, и уже там она культивировалась и распространялась по всему СНГ. Арония с

латыни значит «полезная черная ягода», также у нее есть и другие названия: «черная рябина», «черноплодка», «арония черноплодная».

Такой быстрой популярности она обязана своей неприхотливости к климату и огромному витаминному и минеральному составу. Из витаминов и провитаминов в ней есть бета-каротин, витамины E, C, B1, B2, B6, K, P, PP. Более того, в ней содержатся такие полезные вещества, как пектин, антоцианы, органические кислоты, бор, алюминий, никель, селен, свинец, хром, калий, кальций, железо, магний, йод, кобальт и марганец. Так что не обманывайтесь маленьким размером плодов аронии, ведь каждая ягодка — это клад пользы для организма.

Черноплодка положительно воздействует на сердечно-сосудистую систему. Она помогает очищать кровь от холестерина, вредных веществ и токсинов, а также в целом улучшает состав крови. Ягоды аронии укрепляют стенки

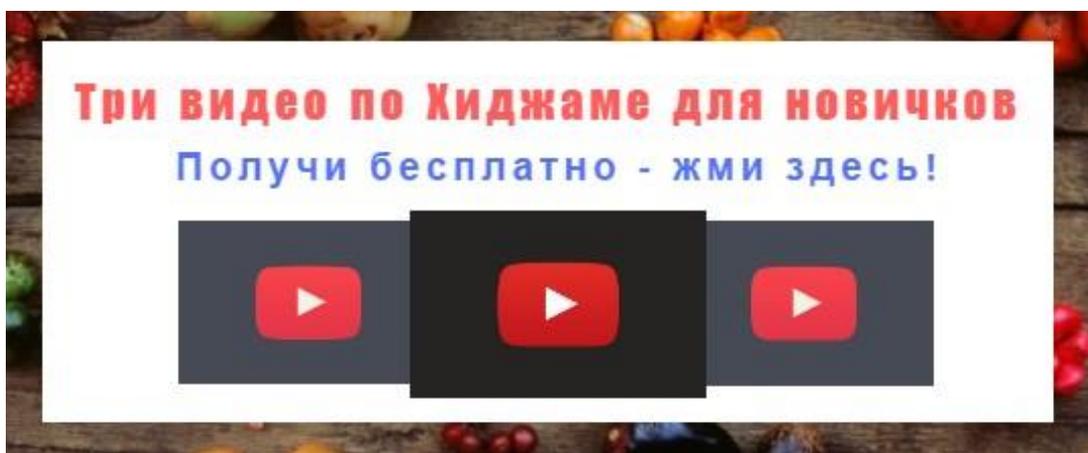
кровеносных сосудов, делают их более эластичными и менее проницаемыми. Благодаря полезным веществам в своем составе, она улучшает работы работу сердца и нормализует давление.

Почти у каждого человека наблюдается нехватка йода в организме. Ягоды черноплодки содержат много йода, который благоприятно воздействует на щитовидную железу и эндокринную систему.

Но стоит знать, что арония содержит органические кислоты, которые влияют на кислотность в желудке и могут вызвать осложнения при гастрите и язве. Также эти ягоды сгущают кровь, что полезно при проблемах со свертываемостью крови, но вредно при тромбозах и тромбофлебитах.

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](#)