



ЭЛЕУТЕРОКОКК ОТ ДЕПРЕССИИ

Элеутерококк в России растет на Дальнем востоке на склонах гор, полях и долинах, также он в больших количествах растет в Китае, Японии и Корее. В Китае это растение очень популярно на протяжении многих веков, как энергетическое и стимулирующее средство. На территории бывшего СССР на его пользу

обратили внимание в 60-х годах и стали производить лекарства.

В основном в медицине используется корень элеутерококка, т.к. именно там скапливаются большинство полезных свойств. Он богат минеральными веществами, антоцианами, камедью, глюкозой, смолами, эфирными и жирными маслами, лигнановыми гликозидами, витаминами А, Е, С, D и группы В.

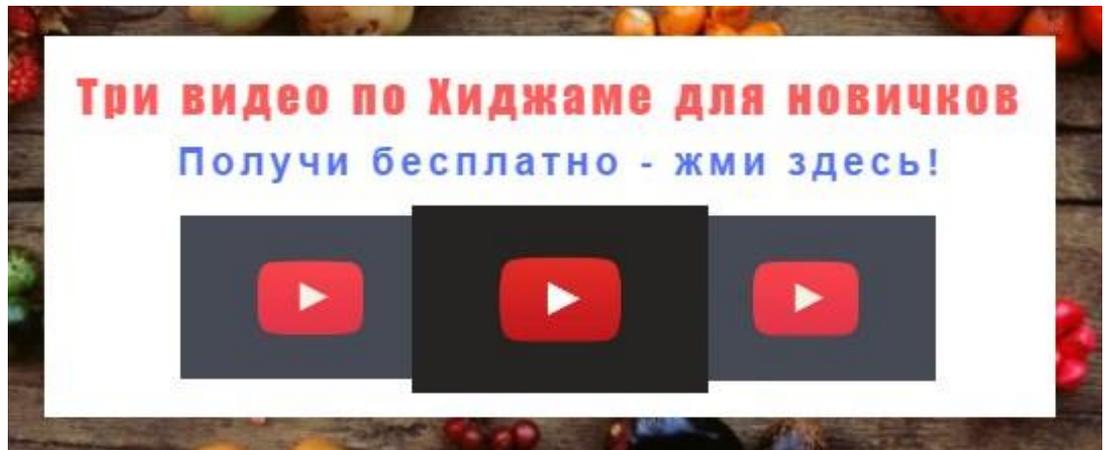
Как уже отмечалось, элеутерококк обладает сильными тонизирующими и стимулирующими свойствами. Благодаря этому улучшается общее самочувствие организма, повышается работоспособность, возрастает активность мозга. Прием элеутерококка помогает зарядиться энергией на рабочий день, предотвратить нервную и физическую утомляемость, подготавливает организм к нагрузкам. Сейчас активно изготавливают средства на основе этого растения, которые врачи прописывают при неврастении и депрессии.

Если вы регулярно употребляете элеутерококк, то это укрепляет иммунитет в вашем организме и помогает бороться с заболеваниями и инфекциями. Это особенно актуально осенью и зимой, когда легко можно простыть или заразиться какой-то болезнью.

Это растение имеет свойство поднимать кровяное давление, так что если у вас оно пониженное, то для вас элеутерококк будет полезен. Но если у вас давление и так повышенное, то стоит воздержаться от него. Также из-за своей энергичности, его стоит употреблять с первой половине дня, чтобы избежать бессонницы.

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](#)