

Aus dem Himalaya stammt der Wunderbaum Moringa Oleifera.

In der Himalaya-Region ist ein Meerrettichbaum namens Miracle Tree oder Tree of Life eine der nahrhaftesten Pflanzen der Erde. Vitamine sind in der Heilpflanze Moringa oleifera reichlich vorhanden. Es ist voll von 7 Vitaminen: Vitamin A, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B3, Vitamin C, Vitamin E und Vitamin K (90 essentielle Nährstoffe). Moringa oleifera ist als Tabletten, Kapseln, Öl oder Pulver erhältlich. <https://sanasis.ch/bio-moringa-kapseln> -Baum findet ein außergewöhnliches Wachstum statt. Ein Jahr Zeit reicht aus, um bis zu 30 cm im Monat zu wachsen und eine Höhe von 4-8 Metern zu erreichen. Außerdem können fast alle Bestandteile der Pflanze vom Menschen genutzt werden. Frische Moringablätter liefern die meisten Nährstoffe.

4 Gegen welche Beschwerden hilft Moringa?



Die Blutbildung wird gefördert

Diabetes und Bluthochdruck werden reduziert

Das Immunsystem wird gestärkt

Ältere und stillende Mütter profitieren von Moringa

Der Energiestoffwechsel wird reguliert

Krebstherapie wird unterstützt

Fitness und Vitalität werden gesteigert

Der Wunderbaum stärkt das körpereigene Immunsystem

Die Gesundheit des Immunsystems ist für unsere Gesundheit von entscheidender

Bedeutung. Moringa-Kapseln helfen, das Wohlbefinden des Körpers zu erhalten, indem sie das Immunsystem unterstützen.

Wir verbinden den Moringa-Effekt auch mit unserem Nervensystem. Aufgrund ihrer Inhaltsstoffe profitieren Moringa-Kapseln von unserem Nervensystem.

Insbesondere die Vitamine B1 und B3 reduzieren die Auswirkungen von Stress auf das Nervensystem. Bei Dauerstress ist vor allem eine gesunde Psyche gefragt. Dies ist, was der Moringa-Effekt bewirkt.

42 Moringa-Effekt: Proteinquelle für Sportler

Neben regelmäßiger Bewegung wird ein gesunder Lebensstil durch regelmäßige Bewegung ausgeglichen.

Um die Quote zu erfüllen, muss der Körper jedoch mit allen essentiellen Nährstoffen versorgt werden. Wer sich ausgewogen ernährt, kann seine Ernährung mit Moringa-Kapseln noch aufwerten. Wie bereits erwähnt, sind Moringa-Produkte nicht nur hervorragende Proteinquellen, sondern auch das darin enthaltene Zink und Kalium unterstützen die Muskeln. Moringa hat eine offensichtliche Wirkung auf den Energiestoffwechsel, was es zu einer hervorragenden Nahrungsergänzung für Sportler macht.

43 Auch für stillende Mütter geeignet

Die Blätter eines Wunderbaums sind auch für stillende Mütter geeignet.

Neben der Förderung der Milchproduktion kann die Einnahme von Moringa-Kapseln auch den Nährstoffgehalt und die Qualität der Muttermilch deutlich verbessern. [2]

Nicht nur die stillende Mutter muss sich um ihr Baby kümmern, sondern auch sich selbst, also muss sie für eine ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen sorgen. Die Verwendung von Moringa-Kapseln macht auf diese Weise doppelt Sinn.

Moringa-Kapseln für Kranke und ältere Menschen

Auch für Senioren kann es ein Segen sein, wenn sie einen Wunderbaum pflanzen. Moringa-Produkte können zur Behandlung von Vitamin-B-Mangel bei älteren Menschen eingesetzt werden.

Der Moringa-Effekt hat Einfluss auf:

Anemia

Schlechte Augensicht

Kurzatmigkeit

Speicherprobleme Depressionen

Auch ältere Menschen werden mit ebenso wichtigen Vitalstoffen versorgt - Vitamin C und Calcium. Der Wunderbaum hat die Fähigkeit, unzählige Krankheiten zu verhindern. Es kann jedoch auch zusammen mit anderen Therapien verwendet werden. Vor allem im Hinblick darauf, dass das Immunsystem gestärkt wird. Moringa hat sich beispielsweise bei Diabetes mellitus positiv ausgewirkt, wenn es in hohen Dosierungen verabreicht und der Blutzuckerspiegel gesenkt wurde. Um Krebs zu bekämpfen, müssen Patienten regelmäßig geeignete Produkte einnehmen, um ihr Immunsystem zu stärken. Allerdings können Tumore aufgrund ihrer entzündungshemmenden Eigenschaften auch für Krebspatienten von Vorteil sein. Ebenfalls spürbar vom Moringa-Effekt betroffen sind Schlafstörungen und Bluthochdruck. Außerdem kann der Wunderbaum helfen, Infektionen zu bekämpfen, die durch Bakterien, Pilze oder Viren verursacht werden.

45 Moringa Tee - Anwendung und Wirkung

Moringa Oleifera hat sich in den letzten Jahren zu einem der beeindruckendsten Lebensmittel entwickelt. Die aus Nordindien stammende Pflanze enthält laut Forschern essentielle Mikronährstoffe. Es genügt eine Messerspitze des Pulvers, um die empfohlene Tagesdosis an Eisen oder Kalzium bereitzustellen. Moringa-Tee gilt also nicht nur bei kaltem Wetter als flüssige Nährstoffbombe. Moringa-Tee wird normalerweise verwendet, um leichte körperliche Beschwerden zu bekämpfen. Außerdem versorgt der Tee den Körper auf schmackhafte Weise mit Vitalstoffen.

In Wirklichkeit hängt das Geheimnis hinter der Popularität von Moringa-Tee nicht mit seinem Geschmack zusammen. Der Fokus liegt hier eher auf den gesundheitlichen Vorteilen des regelmäßigen Konsums der Substanz. Der Moringa-Teekonsument nimmt mit jedem Schluck sechs verschiedene Vitamine auf. Der Körper nimmt viel Vitamin A auf, was der Sehkraft und dem körpereigenen Immunsystem zugute kommt.

Unter den mehr als zehn Mineralien im Moringa-Tee sind aufgrund ihres hohen Gehalts folgende hervorzuheben:

Calcium - Der Mineralstoff ist besonders wichtig für den Aufbau und Erhalt der Zähne und Knochen.

Magnesium trägt nicht nur zur Gesunderhaltung der Gelenke bei, sondern kurbelt auch den

Stoffwechsel an.

Damit Nerven und Muskeln richtig funktionieren, ist Kalium unerlässlich.

Eine wichtige Rolle, die Eisen für die Gesundheit spielt, ist sicherzustellen, dass Sauerstoff über den Blutkreislauf in die Zellen gelangt. In diesem Fall können Mangelerkrankungen sehr schnell lebensbedrohlich werden.