Incearca acest exercitiu chinezesc si poti preveni aparitia bolilor grave

Un articol de Maya

Cand boala evolueaza, expertii in medicina traditionala chinezeasca cred ca acest lucru se intampla ca urmare a unui dezechilibru dintre elementele yin si yang, mai pe inteles – pierderea conexiunii dintre organele interne.
Nu este simplu sa intelegi, mai ales daca nu ai cunostinte in domeniul medicinei chinezesti. Nu toata lumea este dispusa sa studieze aceasta teorie, insa eu vreau sa ma conving daca exista o modalitate simpla de a reda corpului echilibrul si armonia.
Se spune ca, la CITESTE IN CONTINUARE

Sursa: secretele.com

Leacul pentru orice in afara de moarte! De la diabet si epilepsie pana la stafilococul auriu

Exista cercetări legate de numeroasele căi prin care chimenul negru e un aliment medicinal care poate salva vieți. Aceasta umila, dar imens de puternica samanta omoara MRSA

(Stafilococus aureus multiplu rezistent, la mai multe tipuri de antibiotice), vindeca acele corpuri otravite de arme chimice, stimuleaza regenerarea celulelor beta muribunde din pancreasul diabetic, si face inca si altele, despre care putini stiu ca exista.

Multe dintre beneficiile de sanatate atribuite chimenului negru au fost pe deplin confirmate in literatura biomedicala. De fapt, din 1964 si pana acum, exista 458 de studii publicate si revizuite care fac referinta la aceasta planta.

Rezumăm cercetările verificate și publicate în legătură cu 10 din beneficiile remarcabile ale seminței:

– Diabetul de tip 2: 2 grame de sămânță de chimen negru pe zi au rezultat în reducerea glucozei pe nemâncate, au scăzut rezistența la insulină, amplifică funcționarea celulelor beta, reduc hemoglobina glicosilată (HbA1c) în subiecți umani.

– Infecție cu Helicobacter Pylori: Semințele acestea posedă activitate utilă clinic anti-Helicobacter Pylori, comparabilă cu terapie de triplă eliminare.

– Epilepsie: Semințete sunt cunoscute în mod tradițional ca având proprietăți anticonvulsive. Un studiu din 2007 cu copii epileptici, ale căror condiții nu se ameliorau cu tratamente medicamentoase convenționale, au constatat că un extract apos a redus semificativ activitatea epileptică.

– Presiune sanguină ridicată – folosirea zilnică a 100-200mg de extract de chimen negru, de 2 ori pe zi, timp de 2 luni, s-a constatat că are efect în scăderea presiunii arteriale în pacienți cu hipertensiune medie.

– Astm: Timochinonă, unul din constituenții activi principali

din Nigella sativa, este superior medicamentului fluticazonă într-un model animal de astm. Un alt studiu, de data asta pe oameni, a descoperit că extracte apoase fierte de chimen au efecte relativ potente antiastmatice, pe căile astmatice.

– Tonsilofaringita acută: caracterizată prin inflamație faringială sau a amigalelor (gât inflamat), predominant virală în origine, capsule de chimen negru (combinate cu Phyllanthus niuri) s-au descoperit a calma semnificativ durerile de gât și reduce nevoia de calmante, în cazul subiecților umani.

– Afecțiuni cauzate de arme biologice – În urma unui studiu pe oameni, aleator, în care s-a ținut cont și de efectul placebo, s-a concluzionat că extractul apos prin fierbere al semințelor reduce simptomele respiratorii, respirația grea și valorile din testele funcționale pulmonare, și de asemenea a redus necesitatea tratamentului medicamentos.

– Cancerul de colon – Studiile pe celule au arătat că extractul de chimen negru s-a dovedit a fi superior agentului chimic 5-fluoracil în inhibarea dezvoltării cancerului de colon, dar este mult mai sigur (în ceea ce privește efectele secundare). Studiile pe animale au arătat că uleiul de chimion negru are efecte inhibatoare semnificative în cazul cancerului de colon în șobolani, fără efecte adverse observabile.

– MRSA – Chimenul negru are activitate anti-bacteriană împotriva stafilocului de tip Staphylococcus aureus rezistent la meticilină, separat, în cadru clinic.

-Dependență de droguri – Un studiu pe 35 dependenți de droguri a arătat că chimenul negru e un tratament bun pe termen lung.

In ultima vreme, cercetările medicale în ceea ce privește aceste semințe au continuat să înflorească, cu încă 78 de studii.
Iată încă 16 posibile beneficii suplimentare care se pot adăuga la lista în continuă creștere:

Previne probleme cauzate de radiații: uleiul de Nigella sativa (NSO) și ingredientul activ timochinonă, protejează țesutul cerebral de stresul nitrozativ indus de radiații.

Protejează împotriva problemelor cauzate de atacurile de cord: Un extract de timochinonă din nigella sativa are un efect protector în cazul problemelor asociate unui atac de cord experimental.

Previne dependența de morfină și toxicitatea acesteia: Un extract alcoolic din nigella sativa reduce fenomenul asociat cu morfina de preferință condiționată a locației, un indicator de intoxicație cu morfină, dependența și toleranța.

Previne problemele renale asociate cu diabetul: Un extract de timochinonă din nigella sativa are efecte protectoare în cazul nefropatiei diabetice experimentale.

Previne adeziunile post-chirurgicale: Acoperind suprafețele peritoniale cu ulei de chimen negru după traumă peritonială, se scade adeziunea peritoneală într-un model experimental.

Previne neurotoxicitatea asociată cu Alzeheimer: Un extract de timochinonă din nigella sativa previne neurotoxicitatea și adaptoza indusă de Aβ1-40 în modelul celular.

Inhibă proliferarea cancerului de sân: un extract de timochinonă din nigella sativa inhibă creșterea tumorilor și induce moarte celulară programată (adaptoză) într-un model tip xenotransplant, în șoarece, de cancer la sân.

Arată proprietăți anti-psoriasis: Extractul alcoolic de semințe de nigella sativa are activitate anti-psoriatică, în concordanță cu utilizarea sa ca remediu în medicina tradițională.

Previne patologiile creierului asociate cu boala Parkinson: Un extract de timochinonă din nigella sativa protejează neuronii de toxicitatea sinaptică indusă de αSN, o patologie observată

în creierele pacienților cu boala Parkinson și demență cu corpuri Lewy.

Ucide celule canceroase agresive Gliobastoma: Un extract de timochinonă din nigella lativa ucide celule canceroase glioblastoma.

Ucide celule de leucemie: timochinona induce adaptoza mediată de mitocondrii în leucemia limfoblastică acută in vitro.

Inhibă dezvoltarea cancerului de ficat: Un extract de timochinonă din nigella sativa previne cancerul indus chimic într-un model de șoarece.

Previne patologiile diabetice: Un extract apos și alcoolic din nigella sativa în doză mică are un efect de scăderea a glicemiei și un efect de ameliorare în ceea ce privește „insulițele” pancreatice, având valoarea ca agent terapeutic în gestionarea diabetului.

Inhibă dezvoltarea cancerului cervical: Un extract de timochinonă din nigella sativa are proprietăți anti-proliferative, apoptotice și anti-invazive în contextul cancerului cervical.

Previne probleme cerebrale induse de plumb: Un extract de timochinonă din nigella sativa ameliorează problemele cerebrale cauzate de plumb în șobolani Sprague Dawley.

Ucide celule canceroase bucale: Un extract de timochinonă din nigella sativa induce adaptoză (moarte programată a celulelor) în celule canceroase bucale.

De ce o sămânță atâta de puternică

nu e încă în vizorul majorității comunităților medicale și nutriționale?

Știm că semințele de susan sunt mai bune decât Tylenol în reducerea durerilor articulare și reducerea factorilor de risc cardiovasculari într-o manieră care face de rușine medicamentele, și de asemenea știm că semințele de in micșorează tumorile de sâni și prostată, dar beneficiile semințelor de chimen negru sunt încă în mare prea puțin utilizate și raportate.

În mod interesat, în ciuda acestora, parcă pentru a confirma potențialul imens al acestor semințe ca agent de vindecare, Nestlé, gigantul alimentar internațional, a patentat folosirea nigellei sativa pentru a „preveni alergii alimentare” în 2010 (publicația internațională de patentare a firmei Nestlé, cu numarul WO2010133574).

Această tentativă evidentă de a-și însuși ceva ce se cunoaște și utilizează tradițional susținea că sămânța sau extractul ar trebui să fie proprietate intelectuală a firmei Nestlé când e folosită ca ingredient alimentar sau medicamente. Conform unei publicații informative Third World Network din iulie, 2012:

„Afirmațiile gigantului elvețian par invalide, utilizările tradiționale ale Nigellei sativa anticipau în mod clar cererea de patentare a firmei Nestlé, iar expertiza țărilor în curs de dezvoltare a validat deja aceste utilizări tradiționale și a descris, în termeni științifici contemporani, proprietățile medicinale ale semințelor de chimen negru pe care Nestlé încearcă să le revendice ca fiind descoperiri proprii.”

„Nestlé revendică dreptul asupra oricărui compus stimulator de receptor de opioizi pentru a trata și preveni alergiile, mai exact timochinona, și mai specific, administrarea de timochinonă în forma materiei vegetale de Nigella sativa

(semințe). Tipul de alergie pe care se pune cea mai mare atenție este discomfortul stomacal și diareea.”

Vestea bună e că nicio astfel de patentare n-a primit încă aprobare și, deocamdata, acest aliment este disponibil gratuit. Pentru informații noi în scopul cercetării, pur și simplu vizitați Pubmed.gov, și înregistrați-vă pentru o înștiințare automată prin email pentru cuvintele cheie „nigella sativa.”, și veți fi printre primii care vor afla despre cercetările noi făcute pe această sămânță, în rețeaua cercetărilor biomedicale.

Sursa: http://caplimpede.ro