Инструкция по применению
ЭЛЬФА МАСЛО ЛЬНЯНОЕ 250МЛ

Характеристики

Форма выпуска: Масло
Страна: Россия
Производитель: Витапром
Порядок отпуска: без рецепта
Количество в упаковке: 1



Описание

По биологической ценности масло из семени льна занимает первое место среди других пищевых растительных масел и содержит массу полезных для организма веществ (полиненасыщенные кислоты, витамины F, A, E, B, K, насыщенные жирные кислоты (10% состава)). Сегодня польза от применения льняного масла подтверждена серьезными научными исследованиями. Наиболее важными компонентами льняного масла являются жирные кислоты: альфа-линоленовая кислота – 60% (Омега-3), линолевая кислота – 20% (Омега-6), олеиновая кислота – 10% (Омега-9), другие насыщенные жирные кислоты – 10%. Если Омега-6 имеется, помимо льняного, в подсолнечном, соевом, рапсовом, горчичном, оливковом маслах, то Омега-3 имеется в достаточном количестве, лишь в рыбьем жире и в льняном масле. Омега-3 и Омега-6 играют важную роль в биологических процессах, происходящих в организме человека, но организм не способен синтезировать их самостоятельно. Например, в льняном масле ученые обнаружили больше кислоты Омега-3, чем в рыбьем жире. Попадая в организм, Омега-3 и Омега-6, внедряются в структуру клетки, и в дальнейшем положительно влияют на клеточную активность, на скорость передачи нервных импульсов. Специфический запах льняного масла знакомый нам по рыбьему жиру- это показатель высокого качества масла, его чистоты, а также доказательство того, что его не смешали с другими растительными маслами. Ежедневное употребление льняного масла способствует: профилактике развития сердечных приступов, инсульта и инфаркта миокарда (снижение нагрузки на сердце и сосуды из-за уменьшения вязкости крови и нормализации уровня жиров), снижению артериального давления, снижению риска развития рака молочной железы и прямой

кишки, снижению частоты диабетической невропатии при сахарном диабете, улучшению состояния кожи и волос, укреплению нервной системы, работе почек при отеках, повышению остроты зрения, ослаблению и лечению астмы. Масло семени льна нормализует работу всей пищеварительной системы человека: улучшает функцию печени, способствует лечению колитов, гастритов, устраняет запоры, изжогу, оказывает противопаразитарное действие. Льняное масло можно применять как в чистом виде, так и в смеси с другими растительными маслами, можно смешивать с медом, фруктами или сиропом. Хорошо то, что применение льняного масла не ограничено строгими рамками - можете использовать его в качестве приправы, пить отдельно или сочетать с приемом кефира. В питании льняное масло наиболее вкусно с винегретами, овощными салатами, кислой капустой. Его также применяют, добавляя в кисломолочные продукты и каши, в изделия из теста, которым оно придает изысканный запах и привлекательный цвет. Наиболее полезно применение льняного масла в холодном виде, так как при термической обработке оно теряет ряд своих полезных качеств. Достаточно всего две столовые ложки льняного масла в день, чтобы ваш организм получил необходимое количество полезных веществ. Принимать льняное масло нужно, постепенно увеличивая дозу, чтобы организм смог привыкнуть к льняному маслу и получить от его применения максимальную пользу.

Состав

Льняное масло 100%

Форма выпуска

Масло

Показания

Профилактике развития сердечных приступов, инсульта и инфаркта миокарда (снижение нагрузки на сердце и сосуды из-за уменьшения вязкости крови и нормализации уровня жиров), снижению артериального давления, снижению риска развития рака молочной железы и прямой кишки, снижению частоты диабетической невропатии при сахарном диабете, улучшению состояния кожи и волос, укреплению нервной системы, работе почек при отеках, повышению остроты зрения, ослаблению и лечению астмы.

Способ применения и дозы

По 3-5 чайных ложек в день в чистом виде или добавлять в различные салаты, соленья и винегреты для восполнения в организме полиненасыщенных жирных кислот.

Противопоказания

Никаких противопоказаний по применению льняного масла нет.