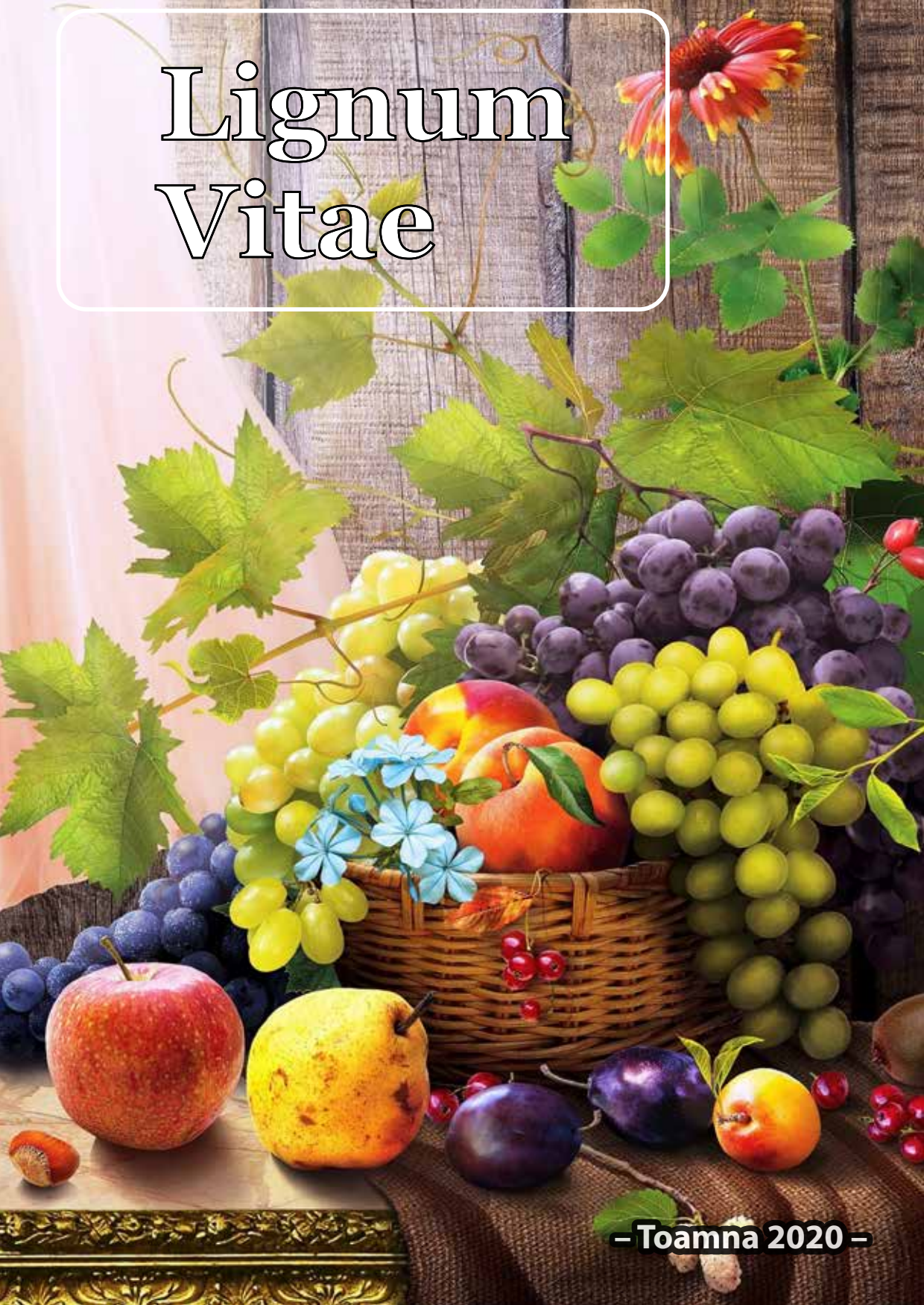


Lignum Vitae



Sănătate Armonie Tinerețe

CUPRINS

Produsele Energy și uleiurile pagina 6-9

Efectele extractului de Ginkgo biloba
pagina 10-11

Depresia și pierderea densității
osoase pagina 12

Peralgin și beneficii pagina 13

Lumânărica pagina 14-15



Începând cu luna septembrie, vremea se răcește, ploile sunt dese, iar corpul începe să devină obosit. Organismul se pregătește pentru sezonul rece și este important să consumăm produse foarte hrănitoare care să ne crească imunitatea. Toamna e bogată și ne pune la dispoziție o mulțime de bunătăți nutritive, de fructe și legume care ne ajută să ne păstrăm energia și să ne menținem sănătoși. Pe podium, sunt merele, perele, prunele, gutuile, dovleacul, vinetele, sfecla roșie, gogoșarii, strugurii... de care putem beneficia din plin.

Produsele Energy și uleiurile



Gama de produse ENERGY prezintă în compoziție cele mai eficiente plante și nutrienți.

Plantele prin compoziția lor chimică au proprietăți farmaceutice. Valoarea terapeutică a plantelor medicinale este dată de structura chimică a substanțelor active, din compoziția lor și acțiunea lor farmaco-dinamică pe care o exercită asupra elementelor reactive ale organismului.

În fitoterapie asocierea de mai multe substanțe pentru a îndeplini aceeași funcție reprezintă o sinergie.

Cuvântul "sinergie" provine din limba greacă, fiind format din cuvântul "sin" care înseamnă "cu" sau "împreună cu" și din cuvântul "ergon" care se traduce prin "muncă" sau "a munci". În traducere literală, cuvântul "sinergie" are semnificația de "muncă împreună".

Într-o astfel de combinație se asociază substanțele cu scopul de amplificare și potențare a efectului produsului, efect care va fi mult mai mult decât suma efectelor fiecărui component în parte.

Un aspect important de subliniat este faptul că nu e suficient să combinăm mai multe substanțe cu proprietăți comune pentru a obține o sinergie potrivită, deoarece unele dintre ele pot fi incompatibile. Prin urmare este necesar ca substanțele combinate să întrunească anumite afinități și concordanțe specifice acțiunii pe care o urmărim și totodată, să respecte anumite proporții cantitative, astfel încât efectul obținut să fie maxim.

De exemplu combinarea unui ulei esențial bogat în timol (cimbrisor, oregano) cu extracte de plante sau uleiuri bogate în eugenol (cuișoarele) vor crea un produs antimicrobian foarte eficient.

În multe combinații de plante, uleiul joacă rolul de "vehicul transportor" cu capacitatea de a ajunge și influența toate celulele organismului în 20 de minute. Uleiurile pot penetra cu ușurință pielea și țesutul muscular, trecând de membrana celulară și ajung în interiorul celulei, unde la nivel de ADN, pot șterge informația greșită care a generat afecțiunea și reprograma celula cu informația corectă.

Puncte forte ale compozițiilor sinergice

- perfect naturale;
- eficiență crescută;
- beneficii multiple asupra sănătății;
- concentrație crescută de principii bioactive;
- acțiune foarte rapidă.

Luăm câteva exemple de uleiuri din produsele Energy:

Ulei de soia presat la rece – obținut din boabele de soia are o culoare galben-transparent, o aromă neutră și vâscozitate moderată.

Este o sursă bună de vitamine A, E, K, vitamina B7, cunoscută ca și vitamina memoriei. Conține potasiu, sodiu, calciu, magneziu, sulf și fosfor. În plus, este bogat în lecitină.

Filoquinona este o formă de vitamina K care se găsește și în legumele cu frunze verzi. O lingură din uleiul de soia conține circa 25 de micrograme de vitamina K. Știm că vitamina K, ajută la sinteza aminoacizilor esențiali, la reglarea factorilor de coagulare și la dezvoltarea sănătoasă a oaselor.

Izoflavonul, conținut de soia are structură chimică foarte asemănătoare cu cea a estrogenului, iar datorită acestei similitudini, poate interfera cu acțiunea propriului nostru estrogen. În funcție de tipul receptorului de estrogen din celule, izoflavonele pot reduce sau activa activitatea estrogenului. Izoflavona din soia menține integritatea și densitatea substanței osoase și întârzie apariția osteoporozei.

Fitosterolii, inhibă absorbția colesterolului având efecte benefice asupra nivelului de lipide din sânge prin scăderea valorii LDL a colesterolului.

În industria farmaceutică uleiul de soia este folosit pentru a încorpora substanța medicamentoasă în detrimentul altor uleiuri fiind asociat cu cele mai puține reacții adverse.

Sunt studii în derulare referitoare la posibilitatea injectării unor astfel de soluții și intra-tumoral (sursa <http://cdn.intechopen.com/pdfs-wm/19753.pdf>).

Contraindicații ale uleiului de soia

Chiar dacă fito-estrogenii din soia sunt naturali și nu s-au semnalat efecte adverse, este de preferat ca dieta femeilor gravide, a femeilor care alăptează, precum și a bebelușilor în primele luni de viață să nu conțină soia sau derivate din aceasta. Este indicat să nu se administreze în alimentația copiilor sub 3 ani deoarece poate inhiba dezvoltarea sistemului endocrin (glanda tiroidă).

Uleiul de limba mielului (borago) este unul dintre cele mai bune surse de acid gama-linoleic AGL (Omega 6). Efectele antiinflamatorii ale uleiului de *Borago officinalis* (3000mg/zi) au fost demonstrate de Rosenstein E.D. (2003) în parodontoză și artrita reumatoidă. Acidul acționează prin creșterea nivelului tisular de acid gama-linolenic și ulterior, de prostaglandina PGE1 cu efecte antiinflamatoare.

Studiul de la universitatea din Waterloo demonstrează efectele de reducere a riscurilor bolilor cardiovasculare și a inflamațiilor utilizând uleiul de borrago.

(Studiul „Gamma-linolenic acid, Dihommo-gamma linolenic, Eicosanoids and Inflammatory processes”, www.ncbi.nlm.nih.gov, autori: Susan Sergeant, Elaheh Rahbar, Floyd H. Chilton Yu Z. 2006)

Acest ulei îl regăsim în produsul **Peralgin** alături de uleiul de soia, extractul din sămburi de struguri, valeriană și cordyceps.

Există studii care au pus în evidență că acidul gama-linoleic a avut un efect de scădere a trigliceridelor plasmatic și a colesterolului. Uleiul de limba mielului este benefic în probleme de concentrare, deficit de atenție, tulburări nervoase iar extern în diferite afecțiuni dermatologice

(Studiul „Gamma-linolenic acid levels correlate with clinical efficacy of evening primrose oil in patients with atopic dermatitis”, www.ncbi.nlm.nih.gov, autori: Dagmar Simon, Peter A. Eng, Siegfried Borelli, Roland Kagi, Christiam Zimmermann, Catherine Zahner, Lorenzo Hess, Giovanni Ferrari, Stephan Lautenschlager, Brunello Wuthrich)

Contraindicații ale uleiului de borago

Persoanele care suferă de epilepsie, schizofrenie și a celor aflați sub medicație cu heparină nu vor folosi uleiul sau planta.

Ulei de *Engraulis japonicus* (Ulei de hamsie japoneză) se regăsește în produsele: **Vitamarin** și **Skeletin** alături de collagen hidrolizat, extract de urzică, măceșe și cartilaj de sepie.

Hamsiile sunt pești mici de adâncime care se hrănesc cu plancton (organisme acvatice microscopice), au o creștere rapidă, nu acumulează metale grele în țesuturi, precum somonul sau alți pești oceanici. Se înmulțesc repede, trăiesc în bancuri și sunt ușor de pescuit.

Hamsia japoneză este un pește marin, unic din punctul de vedere al compoziției uleiului extras: o importantă sursă bogată în acizi Omega 3 (EPA 38% DHA 25% OA 12%), Omega 6, Vitamina E, Vitamina A, Vitamina D, Iod.

Consumul de Omega 3, fie că provine din alimentație, fie că e ingerat sub formă de suplimente alimentare, are o mulțime de beneficii pentru sănătate. Contribuie la reglarea tensiunii arteriale reduce vâscozitatea sângelui, influențează sistemul de autoprotecție a organismului, ajută la metabolizarea grăsimilor.

Omega 3, cuprinde trei tipuri de acizi grași esențiali:

- Cu lanț molecular lung: EPA (acid eicosa penta enoic) și DHA (acidul docosa hexa enoic), ce provin din pești oceanici și crustacee.



- Cu lanț molecular scurt: ALA (acid alfa-linolenic), care se regăsește în plante cum ar fi uleiul de în. Deși ALA au beneficii pentru organism, EPA și DHA sunt superiori, concentrația fiind diferită pe unitate consumată. (sursa <https://europepmc.org/abstract/cba/322904>)

EPA este precursor al anumitor eicosanoizi, o clasă de substanțe ce reglează procese fiziologice fundamentale, cum ar fi diviziunea și creșterea celulară, secrețiile hormonale și activitatea de transport celular transmembranar.

DHA se regăsește în cantități mari la nivelul creierului, mai exact în compoziția acelor structuri care sunt implicate în realizarea sinapselor. Creierul este compus în procent de 60% din grăsimi, 30% dintre acestea fiind DHA.

Așadar, un aport de DHA este important pentru menținerea structurii normale a membranelor neuronale și funcționarea optimă a sinapselor.

Totodată, el se găsește și în inimă și ochi, fiind astfel evidentă importanța includerii lui în alimentație și beneficiile lui asupra acestor organe.

Uleiul de orez este obținut din germenii, dar și din învelișul boabelor de orez. Conține o cantitate mare de vitamina E (o concentrație mai mare de vitamina E decât în cel de măsline). Conține doi compuși speciali, care nu se regăsesc în uleiul de măsline – *orzianolii* și *tocotrienolii*. Primii împiedică absorbția colesterolului “rău” (LDL) în sânge, în timp

ce tocotrienolii sunt convertiți în vitamina E odată ce ajung în corp. Proprietățile antioxidante ale acestei vitamine combat efectele radicalilor liberi, întârziind astfel procesul de îmbătrânire. Motivul remarcării sale recente stă în faptul de a fi unul dintre uleiurile vegetale cele mai benefice sănătății omului. Este în special popular în locuri precum China, Japonia, India.

În lumea medicinei, acest ulei a înregistrat rezultate pozitive în tratarea sau ameliorarea unor afecțiuni precum diabetul, colesterolul ridicat, cancerul (în special cel de colon și stomacal), problemelor cardiovasculare, obezității, imunității scăzute, alcoolismului, disfuncționalităților ficatului. Reduce manifestările menopauzei, începând de la bufeuri și până la nervozitate, și nu în ultimul rând, manifestărilor diverselor afecțiuni la nivelul pielii.

Dintre produsele Energy se regăsește în **Dermaton oil**, un produs pentru îngrijirea pielii.

Suplimentele naturale, sunt cele care conțin complexi naturali de vitamine și minerale, din plante, fructe, legume sau uleiuri naturale. Ele reprezintă cel rapid mod de a ajuta organismul să își regăsească echilibrul și sănătatea. Sunt extrem de utile alături de o alimentație echilibrată și de tratamentele clasice specifice fiecărei afecțiuni.

Fiz. Daniela Harangus

Director Lignum Vitae

Lignum Vitae – 9



Efectele extractului de Ginkgo biloba

Extractul din frunze de **Ginkgo biloba** este studiat de farmacologii din întreaga lume și este utilizat în numeroase țări. În gama produselor Energy extract de Ginkgo biloba se regăsește în produsele **Celitin**, **Korolen** și **Stimaral**, asociat cu alte plante pentru a optimiza efectele de oxigenare, regenerare și protecție a vaselor sanguine și de prevenție a unor afecțiuni legate de vârsta a treia.

Ginkgolide - un grup de substanțe unice, strict specifice pentru Ginkgo biloba care au principala acțiune de a inhibarea PAF și prevenirea trombozei.

Substanțele flavonoidice - acționează ca vitamina P (sau factor de permeabilitate): se leagă de proteinele intracelulare, scade permeabilitatea capilarelor sangvine și le crește rezistența.

Mod de acțiune a extractului de Ginkgo biloba

1. Fitocomplexul de Ginkgo biloba este un angioactivator eficient:

- La nivelul arterelor produce vasodilatația
- La nivelul venelor s-a observat un efect spasmolitic musculotrop și creșterea tonusului (venotonic)
- La nivelul microcirculației s-a constatat o inhibiție a hiper-permeabilității capilare (cauzate de histamină și bradikinină) cu efect anti exsudativ.
- Extractul de Ginkgo biloba scade vâscozitatea sângelui cu 10%. Acțiunea vasodilatatoare și proprietățile de stimulare a circulației se remarcă mai ales la nivelul arterelor mici și medii din zonele profunde și în porțiunile terminale ale capilarelor, sugerând o arie extinsă de acțiune, în special asupra creierului și extremităților.

2. Antiagregant plachetar

Cercetătorii francezi au descoperit un fapt important și anume că extractul de Ginkgo biloba, prin ginkgolide inhibă factorul de agregare plachetara (PAF). Potențialul anti-PAF este cu atât mai ridicat cu cât extractul de Ginkgo biloba este mai bogat în ginkgolide.

3. Menține troficitatea și integritatea barierei hemato-encefalice

Aceasta se datorează efectelor conjugate ale extractelor trofic și reglator vascular, antiagregant și antioxidant.

4. Protecția celulei neuronale

- Ameliorează captarea glucozei și oxigenului la nivelul neuronului, crește sinteza de ATP.
- Protejează integritatea structurală și funcțională a membranei neuronale.
- Îmbunătățește ritmul de transmitere a informației la nivel neuronal acționând asupra turn-over-ului mediatorilor, densității receptorilor sinaptici și prin accelerarea proceselor de compensare. În plus, deoarece memoria depinde de transmiterea influxului nervos, aceste mecanisme au un rol esențial pentru funcțiile cognitive (inclusiv atenție, putere de concentrare).

5. Antioxidant

Componentele antioxidante din extractul de Ginkgo biloba sunt în special flavonoidele, vitamina C și carotenoidele. Acestea neutralizează radicalii liberi, împiedicând peroxidarea lipidelor și îmbătrânirea ADN-ului mitocondrial. Efectele antioxidante sunt mai pregnante la nivelul creierului, retinei și sistemului cardiovascular

6. Antidepresiv, anxiolitic

În general pacienții suferinzi de insuficiența cerebro-vasculară sunt susceptibili la stări depresive și anxioase, tulburări de somn, scăderea funcțiilor mentale. S-a demonstrat că extractul de Ginkgo biloba este capabil să contracareze schimbările chimice majore din creier care au loc în procesul de îmbătrânire.

Dr. Jiri Hanzel

medic consultant al firmei Energy din Cehia



Depresia și pierderea densității osoase

Femeile aflate înainte de menopauză și care se confruntă cu stări depresive au o densitate osoasă mai accentuată decât cele care nu suferă de stări depresive, potrivit unui nou studiu realizat.

Înainte de menopauză sunt necesare teste de verificare a densității osoase, deoarece osteoporoza este o boală silențioasă.

Rezultatele cercetării au arătat că masa osoasă este mai redusă în special în zona șoldurilor, ceea ce este foarte îngrijorător având în vedere faptul că fracturile de șold reprezintă una dintre cele mai grave consecințe ale osteoporozei.

Studiile anterioare au stabilit faptul că depresia influențează densitatea osoasă doar în cazul femeilor

în vârstă. Pentru cercetarea de față, au fost aleși ca subiecți 89 de femei care suferă de depresie (care urmează și un tratament cu antidepressiv) și 44 de femei care nu au această problemă. Vârsta lor se situează între 21 și 45 de ani.

În urma cercetării, experții au constatat că 17% din grupul femeilor depresive au prezentat o densitate osoasă redusă la nivelul șoldurilor, pe când abia la 2% dintre femeile din celălalt grup a apărut această problemă.

De asemenea, 20% dintre femeile depresive au prezentat o densitate redusă și în

zona lombară, comparativ cu numai 9% dintre femeile din celălalt grup.

Analizele de sânge și urina au pus în evidență faptul că femeile depresive au un nivel scăzut de citokine (proteine "bune"). "Citokinele "rele pot determina scăderea densității osoase".

Firma Energy vă recomandă tratament cu **Peralgin** asociat cu **Skeleton**, **Fytomineral** și **Chlorella**.

Este de recomandat să aveți o viață echilibrată și să aplicați prevenția respectiv, o alimentație bogată în **Calciu**, **Vitamina D**, să evitați creșterea în greutate, să faceți mișcare iar dacă vă confrunțați cu stări depresive să apelați la medici care vă pot sprijini cu tratamente naturale adecvate unei astfel de probleme.



Peralgin și beneficii

Compoziție:

Produsul Peralgin conține, ulei de susan sălbatic, extract de susan sălbatic, magneziu, ulei de limba mielului, extract de ciupercă Cordyceps, extract din semințe de struguri, extract din rădăcină de valeriană, ulei de soia, ceară de albine, lecitină.



Acțiune farmacologică:

Susanul sălbatic (Perilla frutescens) este o plantă medicinală din China, care are ca efect principal reducerea frecvenței și intensității crizelor de alergii.

Magneziul este un mineral cu efecte de regenerare celulară, echilibrant psihic, antidepresiv și ușor sedativ, drenor hepatic, antiseptic intern și extern, hipocolesterolemiant și antiaterosclerotic. Are un rol important în menținerea constantă a concentrației calciului din sânge, fiind eficient în susținerea tratamentelor afecțiunilor osoase. Este indicat în caz de îmbătrânire a țesuturilor, în astenii, insomnii rebele, în afecțiuni respiratorii, tuberculoză, alergii, nevrite și polinevrite, tulburări digestive, constipații, afecțiuni ulceroase, colici abdominale, litiază renală, colici renale, gută, aritmii cardiace și infarct miocardic.

Limba mielului (Borago officinalis) are acțiune antiinflamatoare, laxativă și sedativă. Este eficient în afecțiuni respiratorii, ulcer gastric sau duodenal, inflamații ale căilor urinare, reumatism, având și virtuți antioxidante. Ajută în tratamentul eczemei atopice și al acneei, menține un nivel adecvat al colesterolului, atenuează tensiunile premenstruale și protejează împotriva îmbolnăvirilor cardiovasculare.

Efecte și recomandări:

- Întărește și armonizează sistemul imunitar
- Util în tratarea tulburărilor hormonale (sindromului premenstrual, bufeurilor din perioada climaxului)
- Eficient și în cazuri de eczeme, urticarii și prurit.

Cordyceps mycelium face parte din categoria ciupercilor, este foarte bogată în compuși biologic activi cu acțiune nutritivă. Acționează ca imunostimulator, antioxidant, bacteriostatic (pneumococ, streptococ etc), antiinflamator, hipocolesterolemiant, îmbunătățește funcția pulmonară, hepatică și renală.

Sâmburii de struguri au efect detoxifiant și antioxidant (fiind bogați în flavonoide), reglează metabolismul. Extractul din sâmburi de struguri întărește sistemul cardiovascular și stimulează circulația periferică la nivelul membrelor inferioare.

Rădăcina de valeriană (Valeriana officinalis) are acțiune calmantă asupra sistemului nervos, fiind ușor sedativă; are efecte antispastice și diminuează secrețiile gastrice.

Ulei de soia – este o sursă bună de vitamina A, E, K, vitamina B7, cunoscută ca și vitamina memoriei. Conține potasiu, sodiu, calciu, magneziu, sulf și fosfor. În plus, este bogat în lecitină. În industria farmaceutică uleiul de soia este folosit pentru a încorpora substanța medicamentoasă în detrimentul altor uleiuri fiind asociat cu cele mai puține reacții adverse.

- Reduce frecvența și simptomatologia crizelor de alergii,
- Util în tratarea migrenelor iar asociat cu **Korolen** sau **Stimaral** este un adjuvant în tratarea neurastenilor, nevrozelor și depresiiilor.



Lumânărica

Verbascum phlomoides,
V thapsus, V densiforme.

Se regăsește în produsul **Vironal**,
crema și săpunul **Droserin**

Sunt plante erbacee bianuale, drepte, neramificate sau puțin ramificate, cu o înălțime între 1,5-2 m, acoperite cu înveliș de peri păsloși. În primul an se formează numai rozeta de frunze bazale, iar în al doilea an, tulpina floriferă, Frunze mari, lungi de 10-30 cm și late de 4-10 cm, acoperite de peri păsloși. Florile se dezvoltă la partea superioară și sunt mari, galben-aurii. Se recoltează treptat, pe măsura deschiderii lor, dimineța, după ce roua se ridică.

Compoziție chimică

Florile de Lumânărica au în compoziția lor cca 3% mucilagii polizaharidice solubile în apă, care, după hidroliză, produc 47% D-galactoză, 25% arabinoză, 14% D-glucoză, 6% D-xiloză, 4% L-rhamnoză, 2% D-manoză, 1% Fructoză și 12% acizi uronici. Mai conțin 1,5-3% flavonoide, printre care luteolină, apigenina, canferol și rutozid. Mai conțin derivați ai acidului cafeic, ferulic, ai acidului protocatehic și verbascoside; mono-terpene iridoidice, triterpene, saponozide specifice (verbascosaponine), steroli, 11% zahăr invertit etc.

Farmacologie

Datorită mucilagiilor și saponozidelor, preparatele pe bază de flori de Lumânărica au acțiune emolientă, și expectorantă, fluidificând secrețiile bronșice. Au și proprietăți sudorifice și ușor diuretice. Cercetările mai noi au demonstrat „in vitro” și acțiunea antivirală asupra anumitor tulpini gripale de tipul A și B și asupra virusului herpetic simplu. Până la definitivarea cercetărilor în acest domeniu, principalele acțiuni unanim recunoscute sunt cele **expectorante, sudorifice, diuretice și astringente.**

Recomandări

În stările inflamatorii ale căilor respiratorii, ca tratament simptomatic în tuse, guturai, tuse uscată, congestii ale aparatului respirator, expectorant, datorită saponozidelor.

Mod de preparare și administrare

Sub formă de infuzie, o lingură de flori la o cană cu apă (sau două linguri de flori și frunze), din care se beau 2-3 căni pe zi îndulcite cu miere.

Decoctul se prepară din 2-3 g plantă la o cană cu apă și se fierbe la foc domol timp de 10 minute. În acest fel, dacă decoctul este lăsat timp de 10 minute înainte de filtrare, se asigură o mai bună extracție a flavonoidelor.

Din extractul fluid 1: 1 (g/ml) se iau 1,5-2 ml de două ori pe zi.

Se poate prepara și o tinctură 1:5 (g/ml) în alcool de 60 centigrade, din care se iau 7-8 ml de două ori pe zi, diluate în apă caldă.

Contraindicații

Nu prezintă. Nu s-au semnalat nici efecte secundare, restricții în timpul sarcinii sau lactației și nici interacțiuni cu alte medicamente.

Prof. Dr. Ovidiu Bojor

Ghidul Plantelor medicinale și aromatice la A la Z



SC LIGNUM VITAE SRL Importator și distribuitor unic ENERGY.

Centru de distribuție: Cluj-Napoca; Str. Argeș nr. 20;

Tel/fax: 0264-430.227; E-mail: energyro.vitae@gmail.com; Web: www.energy.sk