

ŘASY

Chlorella, Kombu, Wakame, Arame, Agar, Tengusa, Dulse, Mekabu, Hijiki, Nori, Funori

- [**CHLORELLA** je právem nazývána královnou řas.
- Je to malá (jednobuněčná) sladkovodní řasa s unikátními léčebnými vlastnostmi. Protože jde o řasu sladkovodní, je možné doporučit její každodenní pravidelnou konzumaci. Ostatní (mořské) řasy jsou vhodné pro doplňkové užívání 2 – 3x týdně. V prodeji je sušená řasa Chlorella buď ve formě jemného zeleného prášku (Chlorella powder do polévek, kaší a pomazánek) nebo je tento prášek z praktických důvodů tlakem slisovaný do snadno použitelných malých tabletek (aby je mohly užívat i děti a starci).
- [Chlorella Tabs jsou tablety ze zelené sladkovodní řasy Chlorella pyrenoidosa, jejíž buněčné stěny jsou narušené z důvodu kvalitního využití živin organismem. Materiál buněčných stěn (nestravitelná vláknina) je samozřejmě součástí produktu, neboť aktivuje peristaltiku střev, váže na sebe množství toxinů a pravidelně je odvádí přirozenými cestami z organismu. Je to tedy zároveň dobrá prevence nepřirozených eliminací (svědivé kožní problémy, alergie, výtoky, zvýšená potivost, tělesný zápach, zápach z úst, svalové napětí, bolesti hlavy, nadměrná únava.
- [Kalorická hodnota tablety Chlorella je zanedbatelná. Tablety neobsahují žádné konzervační ani jiné přísady.
- [Prokázané účinky řasy Chlorella:
- * zvyšuje celkovou odolnost organismu vůči infekcím
 - * vhodný potravinový doplněk pro prevenci nádorových onemocnění
 - * chrání buňky a tkáně před škodlivým působením volných radikálů
 - * podporuje regeneraci tkání při poškození ionizujícím zářením
 - * slouží jako prevence při chorobách srdce a cév
 - * reguluje hladinu cholesterolu
 - * reguluje tlak krve (vysoký sníží, nízký zvýší = homeostatikum)
 - * zvyšuje účinnost inzulínu s následnou lepší kontrolou hladiny cukru v krvi
 - * pomáhá lépe se vypořádat se stresovými situacemi a únavou
 - * alkalizuje nevhodnou stravou překyselený organismus
- [Nejúčinnější látkou obsaženou v tabletách je Chlorella růstový faktor (Chlorella Growth Factor, CGF). Tato vzácná složka řasy, která Chlorellu nejvíce proslavila, obsahuje volné aminokyseliny, peptidy, glykoproteiny, polyamidy, některé vitamíny, minerální látky a další, dosud nepříliš exaktně stanovené složky. Vyžádejte si zdarma podrobnosti o léčebných účincích. Dále jsou Chlorella tabs bohatým zdrojem vitamínů, minerálů, nepostradatelných aminokyselin a mastných kyselin. Bílkovina řasy se svým charakterem více podobá bílkovině živočišné než rostlinné.

- [Prevence onkologických onemocnění, urychlená regenerace jakkoli poškozených tkání, detoxikace organismu, zlepšení trávení, čistí krev, žíly a cévy, snižuje nebezpečně vysoký krevní tlak.
- [Obsažené vitamíny:
Vitaminy skupiny B včetně B1, B2, B6, B12, C, E.
Chlorella obsahuje 10x více betakarotenu než známá mrkev karotka.
Karotenoidy (a zvláště betakaroten) jsou životně důležitými pomocníky při prevenci a léčbě onkologických problémů.
- [Obsažené minerály: Ca, Na, P, K, Mg, Fe, Zn.
- [Lehce stravitelné proteiny a uhlovodany
- [Čistí a alkalizuje krev, čímž zvyšuje výkonnost organismu a zahání únavu.
- [Prevence moderních chorob: hypertenze, alergie, arterioskleróza, revmatismus, nervové poruchy, deprese, únava, vyčerpanost, nespavost, chronická zácpa
- [Prevence nachlazení, chřipky, rýmy, angíny
- [Urychluje hojení pohmožděných a jinak poškozených tkání i naražených či zlomených kostí.
- [Rozpouští usazeniny tuku a hlenu (maso, mléko, sýry, bílá mouka, cukr)
- [Minerální látky jsou v Chlorelle navázány přímo na aminokyseliny a tím je zvýšena jejich přirozená dostupnost pro lidský organismus.
- [Doporučené dávkování:
třikrát denně 3-5 tablet (větší jednorázové množství lidský organismus nevyužije). V odůvodněných případech zvýšení dávky neškodí, případné předávkování nehrozí. Forma tablet není vhodná pro děti do 3 let, mohly by tabletku vdechnout. Dítě o hmotnosti 25 kg může během dne přijmout 5-7 tabletek.
- [Při závažných onemocněních je nutno užívání jakýchkoli řas konzultovat s lékařem (možnost kontraindikace k některým speciálním lékům, např. Warfarin).
- [**KOMBU** (=tuhá šála) *Laminaria japonica*
jg z hlubin s jn stoupavou energií, dorůstá až 3m
Má speciální bílkoviny a minerály vhodné na znovuvybudování tkáně
*Tradiční prostředek Japonců ke ztmavení a zpevnění vlasů
- [**KOMBU ČAJ**:
 - * Eliminace živočišných tuků a bílkovin
 - * Zvyšuje jang kvalitu krve (schopnost napoutat jin kyslík)
 - * Urychluje regeneraci unaveného či napjatého nervového systému
 - * Uklidní a obnoví jasné myšlení
 - * Čistí mysl (=jasný silný duch i ve vysokém věku (Marochesi)

- [**KARBONIZOVNÁ KOMBU + KUZU drink**
 - * Lék na vážné průjmy kojenců a malých dětí
 - * Zastaví vnitřní krvácení
- [**SHIO KOMBU:**
 - * Všestranně účinný tradiční jg lék na jn varixy, hemoroidy aj. cévní nemoci
 - * Posiluje a zpevňuje (jg)
 - * Spolehlivě alkalizuje krev (»imunita)
 - * Zvyšuje sex vitalitu, výdrž a sílu
 - * Přírodní lehké a neškodné afrodiziakum, vyžaduje porozumění partnera
 - * Silný zásadotvorný lék dodává tělu velmi dobrou kvalitu jg
 - * Uspokojí chuť na slané jg
 - * Má vydatné posilující a zpevňující účinky jg (varixy =ochablé a uvolněné jn a rozkládající se řídká kyselá krev jn)
 - * Rakoviny typu jn zvláště leukémie: spolehlivě alkalizuje kyselou krev
 - * Výrazně posiluje imunitu organismu a zlepšuje a urychluje léčbu infekčních kožních problémů včetně zánětů a plísní, což je životně důležité u leukemiků.
 - * Na dobírku zasílá Škola Shiatsu Ki (731 40 22 42
- [**WAKAME** (mladý šátek) *Undaria pinnatifida*
 - * Jako kombu brání předčasnému šedivění vlasů
 - * Snižuje hypertenzi (čistí krev a cévy)
 - * Helps all H chor
 - * The only one with spine »uvolní ztuhlou a bolavou páteř
- [**ARAME** (hrubá tkanina) *Eisenia arborea*
 - * Dobře vyvážená, po tepelné úpravě lehce nasládlá, proto ji mají děti rády
- [**KANTEN** neboli **AGAR AGAR** (studená obloha) se vyrábí z mořských řas **TENGUSA** (nebeská tráva) neboli *Gelidium amansii*. Protože tato mořská zelenina nemá žádnou chuť, s výhodou se používá jako želatina při úpravách nejrůznějšího ovoce i zeleniny. Nemá moc živin ale pročišťuje střeva. Má mimořádnou schopnost vrátit staré tuhé stolici původní vláčnost a mazlavost. Navíc povzbuzuje peristaltiku střev a tím uvolňuje stolici při zácpě.
 - * Použití: 2 polévkové lžíce na 1l zeleninového vývaru.
- [**DULSE** *Palmaria palmata* =jn u břehu při odlivu na suchu
 - * Syrová s čerstvými kostičkami pomeranče a grepu
 - * Vhodná pro děti, protože je jin
 - * Ze všech řas nejvyšší obsah železa (proto rudě rezavá barva)
- [**MEKABU** (výhonek z pařezu)
 - * Je to kořen řasy *Wakame*
 - * Skvělá pochoutka po prudkém usmažení
 - * Jak lépe získat energii z potravy: Namoč mekabu na 15 minut, pak propláchni prudkým proudem vody, namoč přes noc, namáčecí vodu ohřej

a popíjej 10 minut před jídlem.

* Na velmi vysokou hypertenzi

* Uklidňuje a prohlubuje emoce při zachování bystrého ducha

* Smažená mekabu je vhodná místo masa a uzenin a k ovykání jejich přílišné konzumace. Je to kvalitní jang, které zahání chuť na jang maso a uzeniny

[**HIJIKI** (střapatý strom) *Hizikia fusiformis*

* Ze všech řas nejvyšší obsah Ca:

* Hijiki obsahuje 1400 mg / 100g

* Kravské mléko obsahuje jen 120 mg / 100g

* Hijiki obsahuje mnoho Fe: 29 mg / 100g

* Špenát obsahuje jen 3 mg / 100g

* Pro svůj mimořádně vysoký obsah minerálů jsou hijiki zvláště vhodné v těhotenství (ale nepřehánět množství, jinak později omezí až zastaví laktaci!), v rekonvalescenci a všude tam, kde je třeba posílit a zkvalitnit krev.

Hijiki roste hluboko pod hladinou moře v temnotě a chladu, pod velkým tlakem mořské vody. Tím lze vysvětlit, jak se u této houževnaté rostliny vyvinula tak výrazná životní síla, odolnost a vitalita.

* Pozor:

Hijiki i Arame mají tak silnou jg energii, že jejich nadbytek (zvláště s Tamari) může omezit až zastavit laktaci.

Pro děti moc silné, proto jen výjimečně.

* Viz také >LOTUS HIJIKI NITSUKE^

[**NORI** *Porphyra tenera*, obzvláště vhodná pro děti a pro studenty v období zkoušek: významně zvyšuje mozkovou kapacitu a zlepšuje paměť, protože do mozku přivádí více kyslíkem obohacené krve.

* Sushi, rýžové koule, kryje odřeniny, vytahuje třísky, omezuje dekubity

[**FUNORI** *Gloiopeltis furcata*

* Vyloučení jedů z hub, bambusových výhonků, brambor (solanin) a rajčat (tzv. jarní jedy)

Všechny jmenované řasy
s podrobným návodem na přípravu a použití
za skladové ceny na dobírku zasílá
autorizovaný poradce a distributor
Škola Shiatsu Ki,
bob.dvorak@dobruska.cz
(731 40 22 42
+