

# SPIRULINA & HLORELLA

СУПЕРПРОДУКТЫ БУДУЩЕГО



ЭТИ ПРОДУКТЫ ИЗМЕНЯТ ВСЮ ВАШУ ЖИЗНЬ  
ЗДОРОВЬЕ И ВАШЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ  
О БОЛЕЗНЯХ

**ВАДИМ ЛУЧИНИН**

12+

# Вадим Лучинин **Spirulina & Hlorella – суперпродукты будущего**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=48650340](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=48650340)*

*SelfPub; 2019*

## **Аннотация**

Какой суперпродукт обеспечивает в двенадцать раз больше легко усваиваемого полноценного белка, чем говядина. Как Спирулина способствовала подвергающимся радиации людям полному восстановлению. Факты о том, как благодаря Спирулине, уменьшается потребность в инсулине у больных диабетом I типа до 40-50 %. Почему эти продукты называют «идеальной едой». Неужели Хлорелла и Спирулина содержат больше кальция, чем молоко. Администрация сайта litres не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, перед применением необходима консультация специалиста.

# Содержание

От Автора	4
Вступление	7
История спинулины	11
Конец ознакомительного фрагмента.	13

# От Автора

Российский рынок Суперпродуктов, таких, как Спирулина и Хлорелла сейчас на стадии зарождения, поэтому есть типичные трудности, и препятствия, подкрепленные страхами у людей еще с начала 90-ых и связаны они с БАДами, с которыми часто сравниваются и Суперфуды.

«Суперфуд» – термин относительно новый, однако это не инновационные разработки, Суперфуды – это продукты с высокой концентрацией полезных веществ. Они содержат большие дозы витаминов и минералов, которые защищают организм от болезней и ведут к долголетию. Они содержат антиоксиданты, предотвращающие, снижающую риск диабета и улучшающую пищеварение.

Суперфуды несут в себе потрясающую целительную мощь. При этом они выгодно отличаются на фоне любых медицинских препаратов, в том числе и биологически активных добавок, тем, что они абсолютно безвредны для организма. Но качество представленной сейчас на рынке продукции, зачастую, оставляет желать лучшего.

Я около 20 лет работал в бизнесе, связанном с массмартом, занимаясь дистрибуцией продуктов питания, и как там строится бизнес мне хорошо знакомо. Основной упор делается на вкус и рентабельность продукта, при этом забывают или вообще не думают о пользе. Да и я если честно особо

об этом не думал, вернее думал, что рыба и мороженое полезные.

После изменения ценностей и убеждений я сменил направление деятельности и перешел на здоровое питание, основав компанию «Pattra Organic». Здесь я надеялся, что подход у производителей будет более осознанный, но был немного разочарован, так как увидел примерно то же самое и это дико удивило и до сих пор приводит в легкий шок.

Большинство производителей, магазинов (владельцев и менеджеров), так же делают главную ставку на закупочную цену продукта, совсем забывая о качестве продукта и ее главном предназначении – Здоровье для покупателей! И это не пустые слова, я знаю о чем говорю.

Другое препятствие – это осознанное нежелание Российского потребителя узнавать что-то новое, полагаясь на старые знания советских врачей, которые часто выбирают антибиотики, таблетки и другие химические препараты для профилактики и лечения практически любых заболеваний, не вдаваясь в подробности в причины их возникновения, лечат симптомы.

Те, кто обладает адекватной информацией – с удовольствием пользуются всеми благами природы, совершенствуя своё здоровье из органических источников, более консервативные же люди имеют больше доверия к аптечным производителям, чем явно ограничивают источники профилактики и поддержания здоровья.

Поддержание здоровья – это сам по себе образ жизни, наличие баланса питательных веществ и постоянный уход за своим телом, спорт и питание, в том числе, благодаря таким природным мощным действующим компонентам, находящимся в одной чайной ложке той же Спирулины или Хлореллы.

Именно нехватка информации побудило меня собрать из разных источников данные воедино и добавить к ним свои знания и опыт. В этой книге – обзоре, я кратко, но подробно рассказываю о всех прелестях этих продуктов и какие фантастические результаты они дают.

Например, еще в начале 1900-х, врачи думали, что только четыре витамина необходимы организму человека. Теперь мы знаем, более ста разновидностей витаминов, минералов, аминокислот и других веществ, необходимых для оптимального здоровья. и конечно это первое, что побудило рассказать о Суперфудах Спирулина и Хлорелла, ведь ВСЕ они находятся в этих микроводорослях.

Для того, что бы эта книга увидела свет, я изучил очень много научной литературы, прошел обучение по нутрициологии и превентивной медицине. Главная цель этой книги, дать более обширную информацию об этих двух суперпродуктах, потому что они действительно благоприятно воздействуют на наш организм.

*Вадим Лучинин*

# Вступление

В современном мире, мы постоянно подвергаемся воздействию вредных факторов, таких как загрязнение окружающей среды, стрессы и т.д. И все это приводит к нарушению жизненно важных функций организма.

Борьба за урожайность, изменение технологии выращивания, рафинирование продуктов привело к тому, что в продуктах уменьшилось количество и качество жизненно важных для нас полезных веществ.

Длительная транспортировка от места сбора вынуждает производителей собирать урожай еще до его созревания. Дальнейшее применение технологии искусственного созревания, различные виды консервации и искусственные витаминные добавки еще больше отдаляет продукты от их естественного состояния.

В итоге они не могут полноценно питать наш организм и даже несут скрытую угрозу насыщая организм разными ненужными веществами (например тяжелыми металлами).

Практически не осталось первоначальных продуктов питания, по их нутриентному составу, которыми питался человек. К сожалению сейчас, большинство продуктов создается не для насыщения человека всеми питательными веществами, а для удобства транспортировки, хранения и продажи.

В итоге ослабляется организм человека несмотря на ка-

залось бы «полноценное питание», что приводит к разному роду заболеваниям, которые год от года «молодеют». Недостаток кальция и цинка например может привести к 300 различным заболеваниям, половина из которых серьезные.

### **В этой книге вы узнаете:**

– Как Спирулина и Хлорелла могут обеспечить легко усваиваемым полноценным белком, содержание которого в двенадцать раз больше чем в говядине.

– Факты о способности этих суперпродуктов обеспечить организм полноценным белком, содержащим все восемь незаменимых аминокислот, которые редко встречаются в растительном мире, одновременно в одном продукте.

– Поразительная правда о том, как Спирулина способствовала подвергающимся радиации людям, которые полностью восстановили функции красного костного мозга в течение нескольких месяцев и очистила организм от остаточных радионуклидов.

– Факты о том, как благодаря Спирулине, уменьшается потребность в инсулине у больных диабетом I типа на 15-20 %, а в отдельных случаях при изменении характера питания— до 40-50 %.

– Как эти два суперпродукта помогают регулировать уровень сахара в крови и уменьшить тягу к углеводам, мягко налаживая метаболизм.

– Как Спирулина и Хлорелла способствуют восстановлению нервной ткани головного мозга и всего тела.

– Почему эти суперпродукты называют «идеальной пищей».

– Как убрать дефицит питательных веществ, который приводит к ухудшению здоровья сердечно-сосудистой и повышению риска развития остеопороза.

– Почему начав принимать эти суперпродукты, можно смело выбросить из дома все витаминные комплексы купленные в аптеке.

– Неужели Хлорелла и Спирулина содержат больше кальция, чем молоко.

– Поразительные факты о том, как Спирулина и Хлорелла выводят тяжелые металлы из организма: такие как ртуть, кадмий, свинец и особенно вреднейший мышьяк.

– Как эти два суперпродукта могут защитить вас от пестицидов и токсинов, которые сегодня просто неизбежны в пищевой промышленности.

– Рекомендации о том, как выбирать спирулину и хлореллу и на что

обязательно нужно обращать внимание, при выборе суперфудов. Чтобы в изобилии товаров точно найти здоровый, качественный продукт, полагаясь не на «европейский листик» и надпись «Эко, БИО» и др.

– Как и в каких пропорциях употреблять Спирулину и Хлореллу, чтобы они принесли максимальную пользу организму. И многое другое.

Эти продукты точно изменят всю вашу жизнь, здоровье и

даже ваше представление о болезнях.

# История спирулины

Спирулина известна науке давно. Ее возраст – более 700 миллионов лет, и она является одной из первых фотосинтетических форм жизни на Земле.

Согласно легенде, жившее более 3000 лет тому назад в Центральной Америке племя индейцев, страдало от болезней и несчастий. Однажды во время молитвы индейцы увидели опустившееся на озеро розовое облако – это была стая фламинго, собиравшая с поверхности воды сине-зеленую массу – спирулину. Попробовав ее, племя избавилось от всех бед и назвало спирулину «Дар Богов»

В 1521 году испанский конкистадор Бернар Диасдель Кастильо, участник экспедиции Эрнана Кортеса по завоеванию Мексики, упоминал о галетах под названием "теку-итлатл", которые были обычным блюдом у ацтеков. Они представляли собой высушенные слои Спирулины, выращенной в щелочной воде озера Токскоко вблизи Мехико. Кстати, именно повышенная щелочность воды является благоприятным фактором для естественного роста Спирулины.

К сожалению, большая часть озера Токскоко, располагавшегося на высоте 2239 м над уровне моря, после испанского завоевания, была осушена. Озеро находилось на месте, где сейчас стоит столица страны Мехико.

На данный момент, в мире осталось только два природ-

ных озера, которые отвечают требованиям для естественно-го роста Спирулины – Ченхай (Китай) и Чад (Юж. Африка). Но обо все, по порядку.

В 1940 году, французский альголог (ученый, исследующий водоросли), на рынке деревушки Массакори (Республика Чад, Африка) купил лепешку зеленого цвета. На местном наречии их называли «Дихе». Ему рассказали, что дихе – это высушенные на солнце сине-зеленые водоросли, произрастающие в небольших прудах вокруг озера Чад.

Данжер опубликовал о своем открытии в малоизвестном журнале, но к сожалению это сообщение осталось незамеченным, и только через 25 лет в 1965 году бельгийский ботаник Ж. Леонар взял на исследование и определил тип водорослей, растущих в озере Чад и доказал, что лепешки, продающиеся на местных рынках, состоят целиком из высушенной водоросли *Spirullina Platensis*.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.