

Top 8 redenen om iedere dag Aloë Vera Gel te drinken



In dit artikel gaan we dieper in op de argumenten waarom ieder huishouden een kannetje gel in de koelkast zou moeten hebben. Met dank aan Dr. Peter Atherton uit de UK.

Na het lezen van de top 8 redenen om Aloë Vera Gel te drinken snapt u waarom aloë vera de bijnaam **'Wonderplant'** heeft gekregen.

1. Een uitstekende mix voor een goede gezondheid!

Door het drinken van Aloë Vera Gel krijgen we belangrijke ingrediënten binnen die tegenwoordig in veelal te lage dosis in ons voedsel zitten. Hieronder zijn 19 van de 20 aminozuren die het menselijk lichaam nodig heeft, waarvan 7 van de 8 simpelweg niet door het lichaam aangemaakt kunnen worden. Het drinken van Aloë Vera Gel geeft het lichaam voldoende van deze stoffen om complexe enzymsystemen optimaal te laten verlopen. Dit betekent dat het lichaam op 100% kan functioneren. Het resultaat: je voelt je geweldig

en de meesten zullen merken dat dit ook nog eens gepaard gaat met een ijzersterke weerstand.

2. Een goede bron van vitaminen

Aloë Vera Gel bevat een uitgebreide reeks vitaminen en spoorelementen van vitamine B12, wat zelden voorkomt in planten. Naast vitamine A, bevat aloë vera vitaminen uit de B-groep (8 tal), vitamine C en foliumzuur. Veel van deze vitaminen kunnen niet door het lichaam opgeslagen worden, en moeten dus constant aangevuld worden door middel van onze voeding. En wat is er nu een betere manier dan het drinken van een dagelijkse portie Aloë Vera Gel, waarbij we ook nog eens ons afweersysteem versterken?

3. Een goede bron van mineralen

Een aantal mineralen die we aantreffen in de Aloë Vera Gel omvatten calcium, natrium, kalium, ijzer, chroom, magnesium, mangaan, koper en zink. Dit heeft te maken met het feit dat deze plant vooral neigt te groeien in gebieden waar bodems rijk zijn aan deze belangrijke bouwstoffen. De wortels van de plant zijn in staat om deze mineralen aan de bodem te onttrekken en ze via de gel van het blad van de aloë vera plant aan ons door te geven.

4. Weerstand verhogend

In het binnenste van het blad, bevinden zich een lange keten van polysaccharide (meervoudige suikerstoffen). Deze bezitten de eigenschap om ons te kunnen helpen vanuit de darmflora de weerstand tegen ongunstige bacteriën te verhogen. Deze positieve effecten van aloë vera kunnen, door het drinken van Aloë Vera Gel bewerkstelligd worden.

5. Stimuleren van celgroei

'Fibroblasten' zijn gespecialiseerde cellen die in de huid aangetroffen worden, en wiens functie het is om collageen en elastine aan te maken. Deze vezels geven de huid haar structuur en laten het er stevig en elastisch uitzien. Dit is niet alleen vanuit cosmetisch oogpunt erg prettig, maar ook met het oog op het herstel van de huid. Collageen en elastine zorgen immers voor een raamwerk waar de nieuwe huidcellen overheen kunnen groeien. Aloë vera is in staat om dit proces van collageen en elastine aanmaak te stimuleren en bevordert zo het herstellend vermogen van de huid.

6. Het effect op de huid

Wanneer er nieuwe huidcellen ontstaan in de basale cellenlaag, diep onder de opperhuid zijn ze groot en levendig. Na ongeveer 21-28 dagen bereiken deze nieuwe huidcellen - de zogenaamde keratinocyten - de oppervlakte, maar zijn dan nog slechts een schaduw van hun eerdere verschijningsvorm. De cellen zijn omgezet in dunne vlokken keratine die uiteindelijk afschilferen. Aloë Vera Gel bevat een cocktail van essentiële voedingsstoffen die de basiscellen voeden waardoor de huid gezonder blijft. Hierdoor kan de huid haar vitale functies efficiënter uitvoeren en - niet onbelangrijk - ziet de huid er veel beter uit.

7. Positief effect op de darmflora

Aloë vera is in velerlei opzichten een natuurlijke 'balansbrenger'. Dat geldt met name binnen in de darmen waar het helpt om de verhoudingen tussen bacteriën en gisten te regelen. Op verschillende momenten kunnen mensen - om uiteenlopende redenen - een onevenwichtigheid hierin ontwikkelen die tot problemen in de darmen kunnen leiden. Net als met probiotics, kan aloë vera dit soort situaties helpen te normaliseren.

8. Een gezonde spijsvertering

Aloë vera heeft een geweldig nuttige werking op de darmfunctie wat resulteert in een vlotte en efficiënte doorvoer van de darminhoud. Aloë vera levert zo een belangrijke bijdrage aan een goede werking van het spijsverteringskanaal. Het zorgt ervoor dat de voedingsstoffen uit onze voeding worden opgenomen in onze bloedbaan. Door het drinken van Aloë Vera Gel zijn de darmen beter in staat om deze voedingsstoffen, vooral de proteïne, op te nemen.

Conclusie: Elke dag gedronken - puur of gemixt met vruchtensap, Pomestein Power of water - is Aloë Vera Gel één van de beste voedingssupplementen die er te krijgen is. PROOST!