Tebuie sa stiti ca fructul Goji este un puternic antioxidant, recomandat in insomnii,

in reglarea continutului de zahar din sange si in hipertensiune.

De asemnea, Goji intareste sistemul imunitar, este hepato-protector si are proprietati anti-imbatranire.

Crestere libidoul si se imbunatateste functia sexuala si va ajuta la echilibrarea balantei hormonale.

Goji mai este recomandat in stari de anxietate si stres si pentru imbunatatirea memoriei.

Fructul minune Goji ocupa, de peste cateva mii de ani, un loc important intre leacurile medicinei traditionale chinezesti,

fiind considerat un remediu eficient in mentinerea unui moral ridicat, tonifiant al ficatului, rinichilor si sangelui.

In egala masura, fructul Goji este recomandat in caz de diabet, boli cardiace, tuberculoza, pneumonie infantila, anemie,

debilitate generala, tulburari de vedere provocate de malnutritie. In asociere cu alte plante medicinale,

Goji are efect anti-aging, previne albirea parului, aparitia ridurilor si pigmentarii pielii, ameliorand si dezvoltarea oaselor,

 a masei musculare si insuficienta sexuala.

Goji are mai mult caroten decat orice alt produs alimentar cunoscut. In plus contine si 18 aminoacizi,

21 minerale si 29 de acizi grasi diferiti, si este o sursa ideala de proteine.

 O portie de fructe de Goji uscate te umple instant de energie si buna dispozitie,

 pentru intreaga zi. In plus iti fortifica si sistemul imunitar

Beneficiile Goji Berry pe diabet

Diabetul zaharat este o afecţiune care afectează mai mult de 23 milioane de americani. Identificate de continuă nivelurilor anormal de ridicate de glucoză în sânge pentru că organismul nu reuşeşte să producă suficiente insulină sau celulele organismului rezista folosind insulină produse. Această condiţie cronică a potenţialul viaţa în pericol complicaţii şi se crede că au afectat om de secole. În ultimii ani, mulţi oameni au apelat la medicamente alternative şi “super-fruits” ca fructe de padure Goji pentru a trata condiţiile lor.

În timp ce există diferite forme de diabet zaharat, Type 1 şi 2 de tip sunt, în general, diagnosticat cele mai. Diabet zaharat tip 1 este atunci când celulele pancreasului nu reuşesc să producă o cantitate de insulină necesare pentru a permite sânge glucoză pentru a introduce celule pentru a produce energie. Diabet de tip 2 este diagnosticat atunci când celulele reziste acțiunea de insulină, care rezultă în prea mult glucoză în sânge (a se vedea resursele de mai jos).

Fructe de padure Goji, de asemenea, numit wolfberry, se găsesc în moderat lasub-tropic regiuni din Asia, inclusiv China, Mongolia, și în Himalaya din Tibet. Originea word goji se crede că provin din cuvântul mandarină simplificate pentru plante. Similar cu alte plante familia Solanaceae ca roşii şi chili peppers, wolfberry este o plante care produce un boabe, care are un gust ca o încrucişare între un zmeură şi un cireş. În regiunile sudice din China, goji berry plante sunt, în general, mai mult de 3 metri, dar în China de Nord, plantele pot să crească la mai mult de 9 metri.

În timp ce acestea sunt strâns legate şi ambele sunt în genul Lycium (Lycium), Himalaya goji pomuşoare (Lycium barbarum) nu trebuie confundat cu wolfberry Chineză (Lycium chinense). Două specii de plante wolfberry (numele au prea puţin de a face cu zone geografice din specia), sunt atât de bogat în antioxidanţi şi sunt crezut a fi benefică în stimularea sistemului imunitar şi promovarea longevitate.

O perene, care produce flori cu cinci petale,goji berry planta produce o alungite, rosu-portocaliu boabe–care conțin semințe mici 10-60–, care este în mod normal 1-2 centimetri lungime. Coacere în emisfera de Nord de obicei are loc la mijlocul verii pentru mid-fall.

Pentru mai mult de 6000 de ani, herbalists şi alchimiştii au folosit fructe de padure goji a face tonice şi ceaiuri să stimuleze sistemul imunitar, proteja ficatul de toxine dăunătoare și boala, îmbunătăţi circulaţia (în special în picioare), creşterea fertilităţii, şi de a promova longevitatea.

Studiile au arătat că fructe de padure goji sunt bogate in antioxidanti, în mod specific carotenoide, care sunt cunoscute de a proteja retina ochiului şi crede că pentru a reduce riscul de a dezvolta Degenerarea maculei, o boală asociate cu complicaţii de diabet. Fructe de padure Goji au fost găsite, de asemenea, să contribuie la creşterea circulaţie şi se crede a fi benefice în prevenirea şi tratarea un număr de boli cardiovasculare, inclusiv angină pectorală şi boală coronariană (a se vedea resursele de mai jos). Studii

Beneficiile pentru sănătate ale sucului Goji sunt enumerate mai jos:

• este un antioxidant puternic

• creste rezistenta la boli

• ajuta la reglarea tensiunii arteriale

• reduceriscul de cancer prin prevenirea mutaţiei ADN-ului, inhiba cresterea tumorilor, şi prin controlul de peroxidarea lipidelor

• regleaza zahărul din sânge în cursul stadiile incipiente ale diabetului zaharat

• are un efect pozitiv asupra vederii, inima, amelioreaza durerile de cap şi insomnie

• regleaza greutatea

• sănătatea sexuală şi îmbunătăţeşte fertilitatea

• ajuta digestia şi funcţiile de memorie

• indepărtează tusea uscată

Proprietatile deosebite datatoare de sanatate pot fi atribuită compoziţiei sale:

Goji Fruct

• este bogat in carotenoide, cum ar fi beta-caroten si vitamina C

• contine germaniu, alte fructe nu conţin acest mineral

• are patru polizaharide importante, LBP1, LBP2, LBP3 şi LBP4, care oferă beneficii semnificative de sănătate

• oferă nouăsprezece aminoacizi, inclusiv cei opt aminoacizi esenţiali, precum şi până la 21 de minerale, inclusiv zinc, cupru, seleniu, fosfor, etc

• are un conţinut de proteine mai mare decat grâul

• contine zeaxantina, care este bun pentru ochi

• are vitamine din complexul B, precum şi acizi graşi

• oferă Vitamina E, care nu se găseşte în multe fructe, este limitată la nuci si seminte

• conţine Cyperone, beta-sitosterol, Solavetivone, Physalin, acid linoleic, şi betaină, beta-sitosterol are proprietati anti-inflamatorii, acid linoleic SIDA -pierdere în greutate, betaină îmbunătăţeşte starea de sănătate a sistemului cardiovascular

• are 11 mg de fier la 100 mg de fructe

Goji este un fruct cunoscut pentru beneficiile sale, cel mai de pret aliat pentru un organism puternic, plin de energie, o sanatate de fier si o frumusete de invidiat.

fructul Goji este recomandat in caz de diabet, boli cardiace, tuberculoza, pneumonie infantila, anemie, debilitate generala,

Fructele goji, numite si fructele viagra, au un nivel ridicat de betacaroten si vitamina B care protejeaza tenul de efectele nocive ale razelor ultraviolete. Mai mult chiar, goji combate celulita si creste libidoul sexual.

**Cel mai bun moment in administrarea preparatelor din goji este dimineata, dar cu cel putin 30 de minute inainte de micul dejun, pentru a fi digerate inainte de alimentele sau lichidele ingerate. Sunt indicate zilnic 25 g fructe goji uscate, echivalentul unei linguri cu varf.**