

Betere ontgifting, sneller herstel en meer energie dankzij de superalg chlorella

Dat een onbewerkte en gevarieerde voeding de basis vormt voor een goede gezondheid, staat buiten kijf. Nu bevatten bepaalde voedingsmiddelen wel stukken meer nuttige en beschermende voedingsstoffen dan andere. Zoals de ‘superalg’ chlorella die niet alleen uitmunt in ontgiftende stoffen, maar ook in celregenererende componenten en in voedingsstoffen die energiepeil en weerstand verhogen.

Betere detoxificatie

Wat de micro-alg *Chlorella vulgaris* een ideale ontgifter maakt zijn het hoogste gehalte in de natuur aan chlorofyl of ‘de groene stofzuiger’ en zijn bijzondere absorberende celwanden die toxines binden en afvoeren. Tel daarbij nog het ontgiftende glutathion en de sterk ontzurende werking en je hebt aan chlorella de detoxificerende maatregel bij uitstek. Deze alg helpt af te rekenen met zware metalen (o.a. kwik en cadmium), amalgaam, PCB's, dioxines, uitlaatgassen, rook, melkzuur en alcohol, bevordert ook de leverdetoxificatie, verlicht zure oprispingen, zuivert de huid en bestrijdt een slechte adem en lichaamsgeur.

Cellulaire regenerator

Chlorella bevat ook een opvallende synergie van compleet eiwit en opbouwende nucleïnezuren, die samen als de ‘Chlorella Growth Factor’ de regeneratie van cellen en weefsels bevorderen. Hij bevordert het herstel van kwetsuren, wonden, stralingschade en zweren, de recuperatie na ziekte, operaties en zware inspanningen, alsook de opbouw van spiermassa. Reken daarbij nog het hoge gehalte aan celbeschermende antioxidanten, en je hebt aan chlorella ook een ‘anti-aging’-maatregel die ouderdomsverschijnselen helpt voorkomen zoals huidveroudering, spierverlies, afname van geheugen en concentratievermogen, de ziekte van Alzheimer en netvliesdegeneratie. Interessant voor veganisten is het hoge gehalte aan bioactieve vitamine B12. Dat laatste gegeven, samen met het plantaardige, goed opneembare ijzer, maakt chlorella ook interessant bij bloedarmoede.

Meer energie, betere prestaties

Een betere ontgifting, een optimale celregeneratie en bloedaanmaak en de vele celbeschermende antioxidanten, suggereren al dat chlorella het energiepeil bij vermoeidheid en futloosheid kan verhogen. Omdat door chlorofyl, glutathion, superoxidedismutase en co-enzym Q10 ook nog de energieproductie in de mitochondriën wordt gestimuleerd en de spieraanmaak wordt bevorderd, is chlorella ideaal om het sportprestatievermogen te verhogen.

Optimale darmfunctie

Een aangrijpingspunt van chlorella zijn ook de darmen. Omdat de celwanden gifstoffen binden, de Chlorella Growth Factor het slijmvlies herstelt en de oplosbare vezels zowel het microbioom voeden als de darmperistaltiek stimuleren, bevordert chlorella de darmontgifting en - lediging en werkt ze onder meer ondersteunend bij Candida en Colitis ulcerosa.

Sterkere weerstand

Opmerkelijk is de toename van het afweervermogen door chlorella. Zowel de hoeveelheid van de afweerstof 'interferon' als de activiteit van afweercellen zoals 'natural killer cells' en 'macrofagen nemen toe. Chlorella helpt daarom infecties voorkomen of laat deze milder verlopen met een kortere ziekteduur. Ook allergieën worden verlicht.

Andere nuttige toepassingen

- **In de preventie van hart- en vaatziekten:** omdat hij door zijn antioxidanten de vaatwanden beschermt en de verstijving ervan voorkomt, daarnaast de oxidatie van LDL-cholesterol tot de 'kleverige' oxycholesterol afremt, een te hoog gehalte aan triglyceriden en een hoge bloeddruk helpt verlagen, is chlorella ook ideaal om cardiovasculaire ziekten te voorkomen
- **In de preventie en aanpak van diabetes type 2:** chlorella helpt de glucosespiegel beter beheersen
- **In de gewichtsbeheersing:** door zijn verzadigend effect, het bevorderen van de (vet)stofwisseling en het positief effect op de leverwerking en het darmmicrobiom
- **In de preventie van kanker:** op basis van de ontgiftende, celbeschermende en immunomodulerende werkingen

- **Voor het behoud van sterke botten:** als rijke bron van vitamine K dat calcium vastlegt in de beenderen, door de ontzurende werking en het complete eiwit

Kwaliteit voorop

De chlorella-alg is omgeven door een sterke en voor de mens moeilijk te verteren 3-lagige celwand. Daarom moeten, zonder verlies aan voedingswaarde, de celwanden ervan gebroken worden. Omdat deze alg zoveel gifstoffen bindt, is het verder zeer belangrijk dat ze wordt gekweekt in het zuiverste mineraalrijke water, en dit onder maximale blootstelling aan de zon voor een optimale opname van zonne-energie en de beste aanmaak van antioxidanten. Een biologische kwaliteit vormt ook een meerwaarde.

Dosis opbouwen

De zuiverende werking van chlorella mag niet onderschat worden: hoge doses ineens kunnen tot ontgiftingsverschijnselen leiden. Daarom wordt aangeraden de dosis geleidelijk op te bouwen tot 3 gram per dag, die onder begeleiding tot 6 gram of meer mag opgevoerd worden. In zeer zeldzame gevallen kan een intolerantie op chlorella optreden; de inname wordt dan best gestopt.