

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

[Strona główna](#) > [Start](#)

Żurawina, czyli w naturze siła

Sok z żurawiny wykazuje wielokierunkowe działanie kosmetyczne na skórę:

- doskonale nawilża i reguluje pH skóry
- działa liftingująco
- ma właściwości antyoksydacyjne (spowalnia proces starzenia się skóry) i antybakteryjnie
- remineralizuje skórę
- wzmacnia odporność immunologiczną skóry
- działa przeciwgrzybiczo

Olej z pestek żurawiny zawiera bardzo duże ilości nienasyconych kwasów tłuszczowych Omega 3 i Omega 6, kwas linolenowy, kwas palmitylooleinowy, prowitaminy, witaminy z grupy E. Od wielu lat prowadzono są liczne badania nad niezwykłymi właściwościami owoców żurawiny. Do tej pory stwierdzono, iż żurawina:

- Wspomaga leczenie zakażenia dróg moczowych, zapobiega rozwojowi szkodliwych bakterii w układzie moczowym
- Działa antybakteryjnie
- Zmniejsza ryzyko zachorowania na choroby naczyń krwionośnych - codzienne picie soku

żurawinowego podnosi poziom dobrego cholesterolu (HDL) i obniża poziom złego cholesterolu (LDL)

- Zapobiega osadzaniu się niektórych bakterii wywołujących choroby wrzodowe na ściankach żołądka - u niektórych osób regularne picie soku żurawinowego przez kilka miesięcy zabija bakterie *Helicobacter pylori*, które odpowiadają za wrzody i nowotwory żołądka
- Pomaga w leczeniu chorób jamy ustnej i przyzębia (odkryty składnik żurawin, proantycyjanidyna, zapobiega formowaniu się płytki nazębnej)

Owoce żurawiny mają dużą wartość odżywczą, smakową i leczniczą. Są one bogatym źródłem witaminy A i C, witamin z grupy B-kompleks (B1, B2, B6), witaminę P. Zawierają karotenoidy, sole mineralne, kwasy organiczne (kwas jabłkowy, kwas benzoesowy, kwas hipurynowy, kwas askorbinowy i cytrynowy). Jagody żurawiny zawierają również pektyny, garbniki, polifenole i antocyjany, błonnik, żelazo, wapń, magnez, fosfor, potas, jod, taniny oraz flawonoidy, które swą budową przypominają te występujące w czerwonym winie. Chemicznie wszystkie flawonoidy są oparte na szkielecie węglowodorowym flawonu. Różnią się liczbą i rodzajem podstawników, przy czym różnice między tymi związkami wynikają przede wszystkim z odmiennej budowy tylko jednego skrajnego pierścienia. Najbardziej popularnym i najlepiej poznanym flawonoidem jest kwercetyna i jej glikozydy.

Dotąd rozpoznano ponad 7000 różnych flawonoidów, które ze względu na budowę chemiczną dzieli się na:

- flawonole: (zawierające wyłącznie grupy OH) kwercetyna, kamferol
- flawony: (zawierające również grupy aldehydowe) luteolina, apigenina
- flawonony: (zawierające grupy ketonowe) hesperydyna, naringenina
- flawan-3-ole: katechina, tefalwin
- izoflawony: (posiadają pierścień benzenowy w pozycji 3 zamiast 2) daidzeina, genisteina
- antocyjanidy: (pochodne zawierające grupy CN): cyjanidyna, delfinidyna, malwidyna

Związki te mają własności antyoksydacyjne (przeciwutleniające), dzięki czemu zapobiegają utlenianiu cholesterolu, co znacząco zmniejsza ryzyko arteriosklerozy i zapychaniu naczyń krwionośnych. Największą zawartość antyutleniaczy ma sok ze świeżych żurawin, a w następnej kolejności świeże i suszone owoce. Właściwości aseptyczne wynikające z obecności kwasu benzoesowego powodują nadzwyczajną zdolność przechowywania się owoców. Owoce żurawiny zawierają tak wiele tak różnych cennych składników dla zdrowia człowieka, że zaliczana jest ona do roślin leczniczych.

MC

<http://laboratoria.net/home/11076.html>

Informacje dnia: [LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę Masowe zalesianie niekoniecznie takie dobre ESA wyśle dwa nowe satelity Scout LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę Masowe zalesianie niekoniecznie takie dobre ESA wyśle dwa nowe satelity Scout LABS EXPO 2024! Perspektywy najlepiej oceniają samorządy województw Rybka o małym mózgu robi dużo hałasu Radar planetarny NASA zbadał powoli obracającą się planetoidę Masowe zalesianie niekoniecznie takie dobre ESA wyśle dwa nowe satelity Scout](#)

Partnerzy