

GREEN TEA PLATINUM

breed gezondheidsbevorderend groene thee-extract
van uitstekende kwaliteit



Actieve ingrediënten per vegetarische capsule:

- 500 mg Groene thee-extract (Camellia sinensis, 60 % EGCG)

Kwaliteitskenmerken:

- verkregen door waterige extractie (geen alcohol, noch ethylacetaat)
- gestandaardiseerd op 60 % EGCG (Epigallocatechinegallaat).
- arm aan cafeïne (0,3 %)
- 1 capsule = equivalent van 3 à 5 kopjes groene thee
- groene thee van biologische kwaliteit (totaalproduct draagt geen biologisch garantielabel ivm capsule en vulstoffen)

Dosis: 2 maal per dag 1 capsule met een glas water innemen, bij voorkeur op afstand van de maaltijden

Als er één plant is, waarvan honderden wetenschappelijke studies aantonen dat ze breed gezondheidsbevorderend werkt en vele aandoeningen helpt voorkomen of zelfs afremmen, dan is het wel groene thee (*Camellia sinensis*). Het dagelijks drinken van enkele koppen groene thee of het geregeld gebruik van een goed voedingssupplement is dan ook voor iedereen aan te raden.

Sterk antioxidantend

Elementair voor de heilzame werking van groene thee zijn de "catechinen", voorop EGCG of epigallocatechinegallaat. Deze sterke antioxidanten zijn veel krachtiger dan deze die we aantreffen in groenten en fruit. Ze remmen sterk "vrije radicalen" of de agressieve stoffen af die op talrijke manieren schade aan lichaamcellen en organen berokkenen. Groene thee is dan ook een ideale manier om **vroegtijdige ouderdomsverschijnselen zoals voortijdige huidveroudering, snelle rimpelvorming, cataract en leeftijdsgebonden netvliesdegeneratie te voorkomen**. Zo werd aangetoond dat de cellen van wie gemiddeld 3 koppen groene thee per dag drinkt, een biologische leeftijd hebben die ongeveer 5 jaar lager is dan die van niet-theedrinkers!

Brede bloedvatbescherming

Door diverse gunstige effecten zoals het beschermen van de bloedvatwanden tegen vrije radicalen, een milde bloeddrukverlagende werking bij hoge bloeddruk, een mild cholesterol- en triglyceridenverlagend effect, het verminderen van de oxidatie van cholesterol tot de kleverige "echte slechte" oxysterol en een milde bloedverdünnende werking, mag zeker ook gesteld worden dat groene thee **helpt te beschermen tegen hart- en vaatziekten**. Zo verlaagt het drinken van gemiddeld 3 koppen groene thee per dag al de kans op een hersenberoerte met 21 %, op een hartinfarct met 50 % en op hoge bloeddruk met 65 %!

Bescherming van zenuwweefsel

Zeer interessant is ook het feit dat groene thee het zenuwweefsel beschermt tegen oxidatieve schade. Bewezen is dat ze **bijdraagt tot het behoud van een alerte geest, een sterk geheugen en goed concentratievermogen tot op hoge leeftijd**. Regelmatige gebruikers maken ook **minder kans op de ziekte van Alzheimer en de ziekte van Parkinson**, aandoeningen die zelfs door groene thee kunnen afgeremd worden. Uiteraard mogen we de natuurlijk opwekkende werking van groene thee op het zenuwstelsel niet vergeten: ze verdrijft mentale moeheid en verhoogt de hersenactiviteit. Groene thee **vermindert ondanks de cafeïne (gehalte 1/3 in vergelijking met koffie) zelfs spanningen en verhoogt de stressbestendigheid**, meer bepaald omdat er met theanine in groene thee ook een rustgevend aminozuur zit. Ook is een beschermend effect tegen depressiviteit aangetoond.

Lager risico op kanker

Door diverse mechanismen – vooral door mutaties in het DNA af te remmen en de vorming van kankerwekkende stoffen te verminderen - mag ook gesteld worden dat het regelmatig gebruik van groene thee het risico op verschillende kankers verlaagt. Epidemiologische studies tonen dat alvast aan voor: leukemie, mond-, slokdarm-, long-, dundarm-, pancreas-, blaas-, nier-, colon-, borst-, baarmoederhals-, prostaat- en huidkanker.

Topper om af te vallen

Maar misschien wordt groene thee nog het meest ingezet om een ideaal gewicht te verkrijgen en te behouden. Groene thee kan op verschillende manier helpen afslanken, zeker in combinatie met een verstandig dieet:

- ze **verhoogt het verzadigingsgevoel** als ze bij de maaltijd wordt gedronken en vermindert algemeen de eetlust
- ze **vermindert de absorptie van vetten in de darmen**, omdat ze de werking van de vetsplitsende enzymen (lipasen) vermindert
- ze **verhoogt de verbranding van vetten tot energie en lichaamswarmte (thermogeen effect)** en bij diëten zal ze eerder vetten afbreken dan eiwitten
- ze **bevordert de afbraak van buikvet** door lichamelijke inspanning

Nog meer gunstige effecten

Regelmatig groene thee drinken of een goed voedingssupplement innemen kan nog op andere terreinen de gezondheid bevorderen:

- groene thee **helpt bij diabetes type 2 de pancreas meer insuline afscheiden** en dus de bloedsuikerspiegel beter onder controle houden
- in een studie vertoonden groene theedrinkers **35,6 % minder ziekte-dagen door luchtwegeninfecties** dan de placebogroep. Dagelijks 1 à 3 koppen groene thee vermindert de kans op griep met 30 %, 3 à 5 koppen zelfs met 46 %
- er is **minder kans op Helicobacter pylori in de maag** (bacterie aangetroffen bij maagzweren)
- de **conditie van het tandvles verbetert**
- het **leverweefsel wordt beter beschermd**, ondermeer tegen alcohol

Kies het juiste supplement!

Wie geen groene thee lust, verzekerd wil zijn van een gegarandeerde hoeveelheid van het antioxidans epigallocatechinegallaat (EGCG) of zoveel mogelijk cafeïne wil vermijden, kan beroep dat op een supplement van een goede kwaliteit, dat zeker de volgende kenmerken heeft:

- verkregen door waterige extractie (zoals ook een thee wordt gemaakt) en niet door extractie met behulp van alcohol of het toxische ethylacetaat
- gestandaardiseerd op EGCG, voor een gegarandeerde werkzaamheid
- arm aan cafeïne

GREEN TEA PLATINUM van Mannavital voldoet aan deze voorwaarden.