Aloes, sok z aloesu zwyczajnego

Aloes, zaliczany do rodziny *Asphodelaceae* (wcześniej znanej jako *Liliaceae*), jest rośliną wieloletnią o soczystych, zielonych liściach. Pochodzi z suchych obszarów Ameryki Południowej, choć występuje także w Afryce, Azji i Europie. Podobnie jak kaktusy, aloes należy do sukulentów, roślin przystosowanych do życia w warunkach o ograniczonym dostępie do wody.

Charakterystyczną cechą aloesu są trójkątne liście o mięsistej konsystencji i

ząbkowanych krawędziach. **Roślina ta bogata jest w składniki korzystne dla organizmu ludzkiego, takie jak witaminy, minerały, cukry, enzymy, kwasy salicylowe i aminokwasy.** Dlatego też znalazła szerokie zastosowanie w przemyśle spożywczym oraz jako składnik suplementów diety i produktów ziołowych.

Zastosowanie:

Preparat polecany jest dla osób dorosłych. Nie stosować u dzieci, kobiet w ciąży i kobiet karmiących.

Zalecane spożycie:

Dorośli: 60 ml (4 łyżki stołowe) dziennie, najlepiej na 1 godzinę przed posiłkiem. Jedna łyżka stołowa odpowiada 15 ml. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Utrzymanie prawidłowego stanu zdrowia wymaga zrównoważonego odżywiania i prowadzenia zdrowego trybu życia.

Dzienna porcja (60 ml) zawiera:

60 ml soku z aloesu.

Składniki:

Sok z miąższu liści aloesu zwyczajnego (*Aloe vera*) 99,91% – wyprodukowano z

zagęszczonego soku z aloesu, regulator kwasowości: kwas cytrynowy.

Przechowywanie:

Przechowywać w temperaturze pokojowej. Po otwarciu przechowywać w lodówce nie dłużej niż 14 dni. Suplementy diety powinny być przechowywane w sposób niedostępny dla małych dzieci.

[1] *Hęś M., Dziedzic K., Górecka D. i wsp.: Aloe vera (L.) Webb.: Natural sources of antioxidants – a review. Plant Foods Hum Nutr, 2019, 74, 255-265*

[2] *Y. Langmead et al., „Randomized, double-blind, placebo-controlled trial of oral aloe vera gel for active ulcerative colitis", „Alimentary Pharmacology & Therapeutics", 2004.*

[3] *Massoud D., Alrashdi B. M., Fouda M. M. A. i wsp.: Aloe vera and wound healing: a brief review. Braz J Pharm Sci, 2022, 58, doi: https://doi.org/10.1590/s2175-97902022e20837*

[4] *Kaminaka C., Yamamoto Y., Sakata M. i wsp.: Effects of low dose Aloe sterol supplementation on skin moisture, collagen score and objective or subjective symptoms: 12 week, double blind, randomized controlled trial. J Dermatol, 2020, 47, 998-1006*

Plik wygenerowany na stronie Oleofarm.pl