

**GEHEEL GEZOND MET NATUURLIJKE PLANTENSTOFFEN**

# ALOË VERA -

**BRON VAN VITALITEIT EN  
EEN STERK IMMUUNSISTEEM**

## Natuurlijke gezondheid

We merken pas wat de waarde van onze gezondheid is, wanneer het afneemt. Opeens wordt duidelijk hoezeer een ziekte van invloed kan hebben op ons vermogen aan het gewone leven deel te nemen. Tegenwoordig is een goede gezondheid de basisvoorwaarde voor de drukke en vervullende levensstijl die we onszelf opleggen. Maar ondanks de vorderingen in de Westerse medicijnen, ondanks steeds gecompliceerdere en kostbaardere behandelingsmethoden en -apparatuur neemt het aantal zogenaamde welvaartsziekten in de Westerse wereld dramatisch toe.

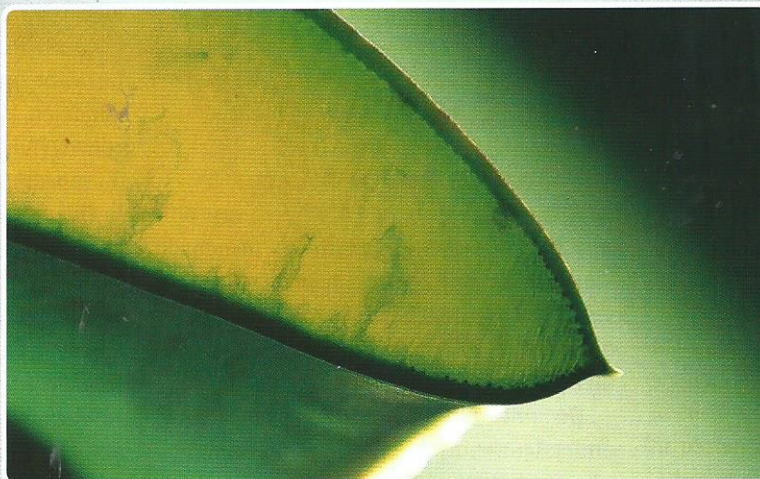
De toename van aandoeningen als hart- en vaatziekten, allergieën, maagzweren, schimmelinfecties en een haperend immuunsysteem kan onder andere worden toegeschreven aan onze hectische levensstijl en te weinig lichaamsbeweging. Maar ook aan onze voeding, de door uitgeputte akkers, een eenzijdige landbouwmethodiek en door milieuvervuiling steeds minder voedingsstoffen bevat. Ook een belangrijke rol daarin speelt onze negatief ingestelde denken levenswijze. Vrijwel iedereen in de Westerse wereld krijgt vroeg of laat te maken met bovengenoemde problemen.

Onze westerse medische zorg concentreert zich vrijwel uitsluitend op symptoombestrijdende of onderdrukkende methodes. Daardoor worden mensen steeds vaker ziek als gevolg van een behandeling. De holistisch georiënteerde geneeskunde daarentegen, baseert zich op het toepassen van de heilzame krachten van de natuur. Zij definieert gezondheid met termen als vitaliteit, levensvreugde en levenskwaliteit. Deze aanpak wint in onze samenleving steeds meer aanhangers. De vraag naar middelen en methodes die het organisme in een natuurlijk evenwicht brengen en die het lichaam weerstand geven, neemt dan ook toe.

## Werking en werkstoffen van de Aloë Vera

De Aloë Vera heeft als geen andere geneeskrachtige plant haar werkzaamheid al lang bewezen. 160 wetenschappelijk geïdentificeerde componenten van de plant activeren

en versterken onze zelfhelende krachten. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat de hoofdzakelijke werking van de Aloë



Vera, de activering van ons immuunsysteem, berust op de werkzame stof 'acemannan', een lange suikerketen die door de darm wordt opgenomen en in alle celmembranen opgeslagen wordt. De weerstand van de individuele cellen tegenover indringende virussen en bacteriën verhoogt hierdoor aanzienlijk. Andere werkzame ingrediënten reinigen en versterken tegelijkertijd de darmen en bieden zo een belangrijke ondersteuning aan dit grootste immuunorgaan van het menselijke lichaam.

Daarnaast bevat de Aloë Vera de vitaminen A, C en E, de zogenaamde antioxidanten, waarvan de werking door de wetenschap onbestreden is, en die tot de meest hoopgevende bestrijding van welvaartsziekten en de strijd tegen kanker behoren. Secundaire plantstoffen van de Aloë Vera zorgen ervoor dat het lichaam deze stoffen beduidend makkelijker kan opnemen.

Daarbij bevat de plant elf van de 20 bekende aminozuren, waarvan er zeven essentieel zijn voor onze gezondheid. Aminozuren zijn levensbelangrijke eiwitbouwstenen: een hogere aminozuurspiegel in het bloed bevordert stevige botten, sterke spieren, een goed zuurstoftransport in het organisme, een krachtig immuunsysteem en een stabiele psyche.

Bovendien bevatten de geëxtraheerde gels van de Aloë Vera belangrijke mineralen en sporenelementen: ijzer, calcium en magnesium zijn verantwoordelijk voor de opbouw van gezonde tanden en botten en een goede stofwisseling. Verder bevat de geneeskrachtige plant ook een grote hoeveelheid kalium, een stof die bijdraagt tot regulering van de waterhuishouding, en wat bloeddrukverlagend werkt. Zink zorgt voor de aanvulling van een versterking van het immuunsysteem, terwijl mangaan het lichaam helpt te ontgiften.

## Wat is Aloë Vera?

Hoewel het uiterlijk doet denken aan dat van een cactus, behoort de Aloë tot de familie van de lelie-achtigen. Ze is altijd groen en ze groeit in een subtropisch klimaat in een mineraalrijke bodem, maar ook in zeer droge gebieden waardoor deze verbazingwekkende wateropslaannde plant ook wel bekend staat als »woestijnlelie«. Er zijn zo'n 300 soorten Aloë die goed gedijen in Afrika, Australië, Midden- en Zuid-Amerika, Rusland en in de Aziatische landen zoals Japan, China en India. De meest waardevolle soort voor het menselijk welzijn is de Aloë Vera, ofwel de »Ware Aloë«, met de botanische naam »Aloë Barbadosis Miller«.

Na drie tot vier jaren ongestoorde groei heeft de plant haar volle werkkraft bereikt. In de 40 tot 60 centimeter lange en zes tot tien centimeter brede bladen slaat de Aloë Vera een enorme hoeveelheid vloeistof op die, beschermd door een wasachtige laag, kleurloos en van een ge-