

EkaMedica Ostropest olej tłoczony na zimno 100 ml

Składniki:

Olej z nasion ostropestu plamistego (*Silybum marianum* L. Gaertn.), tłoczony na zimno, w tym witamina E.

W 100 g oleju znajduje się 24 g kwasu linolowego (omega-6) oraz 56 g kwasu oleinowego (omega-9).

Wartość odżywcza w 100 g produktu	Wartość odżywcza w porcji 5 ml
3700 kJ (900 kcal)	170 kJ (41 kcal)
Tłuszcz: 99 g, w tym:	4,6 g
kwasy tłuszczowe nasycone: 18 g	0,8 g
kwasy tłuszczowe jednonienasycone: 24 g	1,1 g
kwasy tłuszczowe wielonienasycone: 58 g	2,7 g
Węglowodany: 0 g, w tym:	0 g
Cukry: 0 g	0 g
Białko: 0 g	0 g
Sól: 0 g Witamina E: 48 mg (400% RWS*)	0 g 2,21 mg (18% RWS*)

*RWS – Referencyjna wartość spożycia dla przeciętnej osoby dorosłej (8400 kJ/2000 kcal)

Sposób użycia:

1 łyżeczka raz dziennie (5 ml). Porcja dzienna 5 ml zawiera 2,21 mg witaminy E, co stanowi 18% *RWS oraz 2,6 g kwasu linolowego (omega-6) i 1,1 g kwasu oleinowego (omega-9). Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Preparat nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Przed użyciem każdorazowo wstrząsnąć. Osad pochodzenia naturalnego. Spożywać wyłącznie na zimno.

Przeciwwskazania:

Nadwrażliwość na którykolwiek ze składników produktu. Kobiety w ciąży oraz w okresie karmienia przed użyciem powinny skonsultować się z lekarzem.

Sposób przechowywania:

Przechowywać w suchym, chłodnym i ciemnym miejscu, w temperaturze do 20°C. Po otwarciu przechowywać w lodówce, spożyć do trzech miesięcy od otwarcia. Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Kwas linolowy (LA) pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Korzystnie działa kwas linolowy występuje w przypadku spożywania 10 g LA dziennie. Zastępowanie w diecie tłuszczów nasyconych tłuszczami nienasyconymi pomaga w utrzymaniu prawidłowego poziomu cholesterolu we krwi. Kwas linolowy i oleinowy są tłuszczami nienasyconymi. Zachowanie zrównoważonego sposobu żywienia i zdrowego trybu życia ma duże znaczenie. Olej z nasion ostropestu stanowi źródło witaminy E, która bierze udział w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.