

# Спирулина «Тяньши» – супер пища XXI века



**TIENS**

# Немного истории

**Историческая литература свидетельствует, что ацтеки и инки еще до прихода испанских конкистадоров употребляли в пищу лепешки из спирулины под названием «текуитлатл», равно как и народы Африки, проживающие вокруг озера Чад.**

**Название отражает структуру этой сине-зеленой микро водоросли**



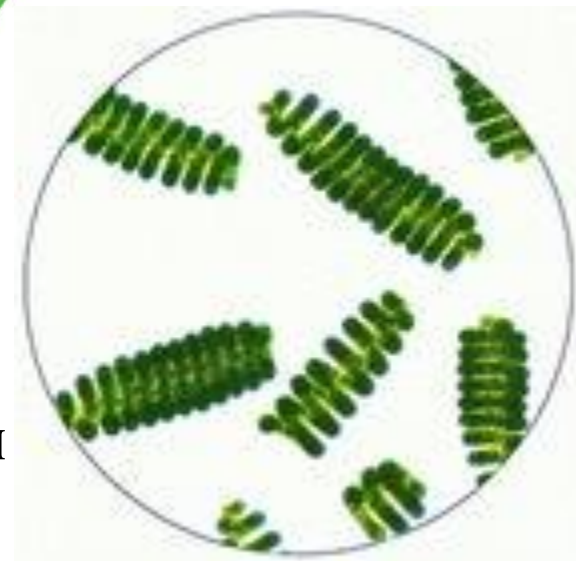
**Спирулина в  
большом количестве  
произрастает в  
Китае, в уезде  
Юншэн (провинция  
Юньнань) на озере  
Чэнхай, и местные  
жители часто  
употребляют ее в  
пищу.**



# Спирулина

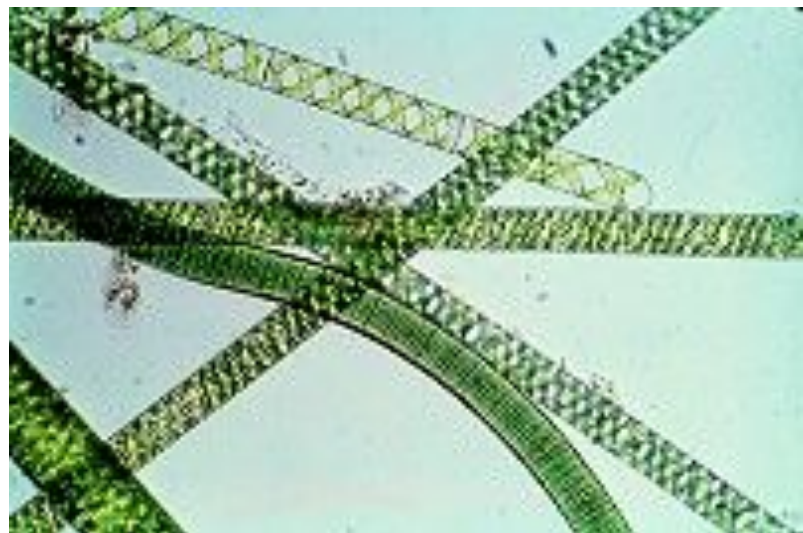
– это микро водоросль темно-зеленого цвета, которая существовала еще 3,5 млрд. лет назад. Ее можно увидеть только под микроскопом, отдельные клетки расположены так, что вместе они образуют тончайшую спираль.

Спирулина – изумительный живой организм, занимающий промежуточное место между царством растений и царством животных. Она может самостоятельно передвигаться, медленно скручивая и раскручивая свое тело.



# Спирулина

**– это высокопитательный продукт, подаренный нам природой. В нем содержатся все питательные элементы, необходимые клеткам человеческого организма.**



**Спирулина содержит до 70% высококачественного белка, содержащего все незаменимые аминокислоты, комплекс витаминов, в т.ч.:  $\beta$ -каротина, витамин Е, витамины группы В, большое количество макро- и микроэлементов в биодоступной органической форме, полиненасыщенные жирные кислоты омега-3, омега-6.**



# Биохимический состав спирулины

Массовая доля, %		Минеральные вещества, %	
Белок	60–70	Кальций	0,12
Углеводы	10–15	Фосфор	0,83
Липиды	6,5–8,0	Калий	1,4
Зола	7,5–8,0	Натрий	0,03
Клетчатка	2,0	Магний	0,37
		Железо	0,05
Пигменты, %		Цинк	0,003
Каротиноиды	0,22–0,40	Витамины, мг/кг	
Хлорофилл	0,76–0,94	$\beta$ -каротина	1100–2400
Фикоцианин	0,8–1,0	В <sub>1</sub>	55
		В <sub>2</sub>	35
Полиненасыщенные жирные кислоты, %		В <sub>6</sub>	3–8
Линолевая	1,1–1,4	В <sub>12</sub>	1,6–3,2
$\gamma$ -линоленовая	0,9–1,2	Е	190

## Уникальным составом спирулины определяется ее терапевтический эффект

1. **Снижение холестерина в крови и уменьшение риска ожирения. Иммуномодуляция за счет действия фикоцианина.**
2. **Противораковый и противоопухолевый эффект за счет действия  $\beta$ -каротина.**
3. **Радиопротекторное действие.**
4. **Уменьшение нефротоксичности при воздействии тяжелых металлов и лекарств.**
5. **Значительное увеличение популяции лакто- и бифидобактерий в кишечнике.**
6. **Снижение содержания сахара в крови при диабете.**
7. **Оздоровительное воздействие за счет  $\gamma$ -линоленовой кислоты.**
8. **Действие против ВИЧ-вирусов за счет сульфолипидов.**



# Из спирулины изготавливают различные оздоровительные и бытовые продукты.





## Спирулина – сверхпитательный комплекс

Необычайно высокая питательная ценность спирулины обусловлена тем, что она имеет **самое высокое содержание:**

1. протеина среди всех продуктов растительного происхождения;
2.  $\beta$ -каротина;
3. органического железа;
4. витамина B12;
5. гамма-линоленовой кислоты.

1 г спирулины по содержанию витаминов и микроэлементов эквивалентен 1000 г различных овощей и фруктов!  
Например,  $\beta$ -каротина содержится в 20 раз больше, чем в моркови.

## **Содержание основных питательных элементов в 100 г спирулины:**

**65-70 г водорастворимых белков**  
**60-100 мг инозитола (витамина В8)**  
**15-20 г углеводов**  
**0,02-0,05 мг фолиевой кислоты**  
**3-6 г жиров**  
**0,05-0,1 мг витамина Н**  
**1-2 г целлюлозы**  
**2000-4000 мг амилозы**  
**1500-2000 мг хлорофиллина**  
**1000-2000 мг  $\gamma$ -линоленовой кислоты**  
**400-800 мг каротина**  
**3-4 мг витамина В1**  
**9-12 г фикоцианина**

**200-300 мг витамина А**  
**400-600 мг кальция**  
**100-200 мг витамина В6**  
**80-150 мг железа**  
**20-30 мг витамина В3**  
**200-500 мг магния**  
**0,1-0,5 мг витамина В12**  
**5-15 цинка**  
**20-80 мг витамина С**  
**1-2 мг пантотената кальция**  
**10-20 мг витамина Е**  
**5-15 мг витамина В2**  
**400-800 тыс. единиц  
супероксиддисмутазы (SOD)**

**Продовольственная и сельскохозяйственная организация ООН (ФАО) рекомендовала спирулину как «Наилучший пищевой продукт XXI столетия».**

**Организация Объединенных Наций по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО) назвала спирулину «наилучшим пищевым продуктом будущего».**

**Всемирная Продовольственная программа ООН (ВПП) назвала спирулину «сверх питательным пищевым продуктом».**

**Всемирная федерация ассоциаций содействия ООН назвала спирулину «лучшим источником питания XXI столетия».**

**Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует спирулину как «лучшую оздоровительную продукцию XXI века».**

**Управление по контролю за качеством пищевых продуктов и лекарственных препаратов США (FDA) назвало спирулину «лучшим источником белка».**

**Министерство здравоохранения КНР присвоило спирулине название «Продукт питания нового поколения».**



## Спирулина и детское питание

Быстро растущий организм ребенка особенно нуждается в самых разных питательных элементах. Если в процессе роста ребенок не получает необходимого питания, в будущем у него могут возникнуть проблемы со здоровьем. Поскольку спирулина содержит все важные полезные вещества, этот продукт позволяет легко и эффективно поддерживать здоровый рост детского организма в соответствии с оптимальными стандартами, разработанными учеными.



# Показания к применению спирулины

## Спирулина рекомендуется лицам:

- . С ослабленным иммунитетом, а также склонным к простудным заболеваниям.
- . Регулярно и продолжительно работающим на компьютере или использующим различные электроприборы с микроволновым излучением.
- . Живущим в напряженном темпе и страдающим хронической усталостью.
- . С повышенным уровнем липидов в крови или страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями.
- . Нерегулярно питающимся и часто пропускающим завтрак, употребляющим блюда быстрого приготовления.





6. Страдающим нарушением функций пищеварительной системы, различными заболеваниями желудочно-кишечного тракта, в т.ч. дисбактериозом.
7. Детского и подросткового возраста.
8. Страдающим онкологическими заболеваниями, проходящим курс лучевой терапии и химиотерапии.
9. Находящимся на диете и проходящим курс похудения.
0. С пониженными функциями печени.
1. Страдающим сахарным диабетом.



**P.S. Из спирулины получают  
замечательные маски...**



**Желаем вам крепкого здоровья с  
продукцией «Тяньши»!**

