

### **Ontgif en versterk je lichaam met Kurkuma**

Kurkuma wordt al eeuwenlang erkend als een gezondheidsondersteunende, natuurlijke genezer en staat bekend als een sterke antioxidant. De oude geneeskunde van India (Ayurveda) gebruikt kurkuma al 6000 jaar als een pijnstillende, antibacteriële, ontstekingsremmende, anti-allergische en antioxidant. Kurkuma wordt ook in de Oosterse keuken gebruikt om meer smaak en kleur aan gerechten te geven.

Kurkuma draagt bij aan het ontgiften van je lichaam, het reinigt tot in de diepste vezels en weefsels en heeft een ontstekingsremmende en anti-oxidante werking die carcinogene (kankerverwekkende) cellen vernietigt. Kurkuma brengt je stofwisseling in balans en verwijdert schadelijke stoffen uit je lever. Het helpt de vetverbranding te stimuleren en remt de groei van vetweefsels ook af. Kurkuma versnelt de vetstofwisseling, de gehaltes van vetten in de bloedbaan worden verlaagd. Ook wordt het spijsverteringsstelsel gestimuleerd.

Kurkuma kan ook werken als antidepressiva en stimuleert de productie van neurotransmitters zoals serotine en dopaminedie o.a. depressies helpen bestrijden. Het helpt ook met de aanmaak van nieuwe hersencellen en bestrijdt hersenontstekingen, houdt de bloeddruk laag en helpt bij het reinigen van het bloed. Daarnaast stimuleert het de aanmaak van collageen en houdt het je huid soepel. Dit alles is uit verschillende onderzoeken gebleken.

Bronvermelding: Google