

## О заменителях сахара

В последние десятилетия стало очевидно, что избыток в рационе людей сахара наносит вред здоровью и провоцирует ряд заболеваний (кариес, диабет, атеросклероз, ожирение и др.) и сокращает жизнь. В связи с этим и появились заменители сахара (сахарозаменители).

**Заменитель сахара Аспартам (E951)** – самый распространенный химический сахарозаменитель, но, при определенных условиях, и один из самых вредных. Длительное использование аспартама может вызывать головную боль, звон в ушах, аллергию, депрессию, бессонницу, а у животных и рак мозга.

**Заменитель сахара Ацесульфам К (E950)** – неусвояемый низкокалорийный подсластитель. Наносит вред здоровью, приводит к нарушениям работы кишечника и аллергическим заболеваниям.

**Сахарозаменитель Сахарин (E954)** – некалорийный подсластитель. Имеет «металлический привкус». Был запрещен к употреблению в Советском Союзе еще в 70-е годы 20-го века. У подопытных животных вызывал рак мочевого пузыря.

**Заменитель сахара Цикламат (E952)** – бескалорийный подсластитель. Применение цикламата разрешено лишь только примерно в 50 странах мира.

**К сожалению и растительные сахарозаменители могут быть не безвредны, либо не удобны**

**Заменитель сахара Фруктоза** (фруктовый сахар), является самым сладким из природных сахаров, фруктоза в 1,7 слаще, чем сахар. Также калорийна как сахар.

**Заменитель сахара Сорбоза (E420)** (сорбит или сорбитол). Сахарид, встречающийся в растениях. Может вызывать диарею.

**Заменитель сахара Ксилит (E967)** – встречается в небольших количествах во фруктах и растениях. Ксилит представляет собой кристаллы белого цвета без запаха. Получают ксилит из хлопковой шелухи и кукурузных початков. По некоторым данным может вызывать рак мочевого пузыря.

**Обратите внимание, что в оптовой и розничной продаже имеется множество сахарозаменителей: сукразит, сусли, сурель и др., но все они изготовлены на основе описанных химических заменителей сахара.**

Постепенно продукты питания содержащие сахар будут терять свою популярность. Не исключены даже меры государственного регулирования использования сахара в продуктах питания. Проблему могут решить сахарозаменители, но среди них большинство: либо опасны для здоровья, либо неудобны в употреблении.

Сегодня во многих странах проводят исследования с целью поиска естественных, низкокалорийных подсластителей растительного происхождения, которые не вредны для человеческого организма и отвечают всем современным требованиям и пока стевия – экстракт травы стевии – остается лучшим сахарозаменителем!

## Стевия спасет жизнь!

Стевия – многолетнее растение с приятным медовым вкусом

### Целебные свойства стевии:

- Нормализует артериальное давление (высокое – понижает, низкое – повышает).
- Способствует снижению сахара в крови (при диабете).
- Лечит суставы и сердечно-сосудистую систему.
- Нормализует работу желудочно-кишечного тракта и 12-перстной кишки.
- Восстанавливает зрение и слух.
- Усиливает концентрацию внимания.
- Омолаживает организм, повышает энергетический уровень.
- Значительно повышает репродуктивную функцию (сексуальную активность).
- Снижает уровень холестерина в крови,
- Устраняет алкогольную и табачную зависимость.
- Выводит из запоев.
- Водный настой стевии является хорошим косметическим средством плюс предохраняет зубы от кариеса,
- Способствует похудению.

Никаких побочных эффектов и минимум калорий!

Стевия и стевиязид совместимы со всеми продуктами и лекарствами, не имеют противопоказаний!!!

## ПОДПИШИСЬ!



Подписной индекс **80200**

Подписной индекс **79900**



Национальная Академия Здоровья

# ПРОДУКТ XXI века

**Нормализующий ДАВЛЕНИЕ, СНИЖАЮЩИЙ САХАР в крови**

- 0 калорий
- Для фитнеса

Более чем в 300 раз слаще сахара!\*

# СТЕВИЯ

Не является лекарством



Рекомендуется для людей, страдающих сахарным диабетом

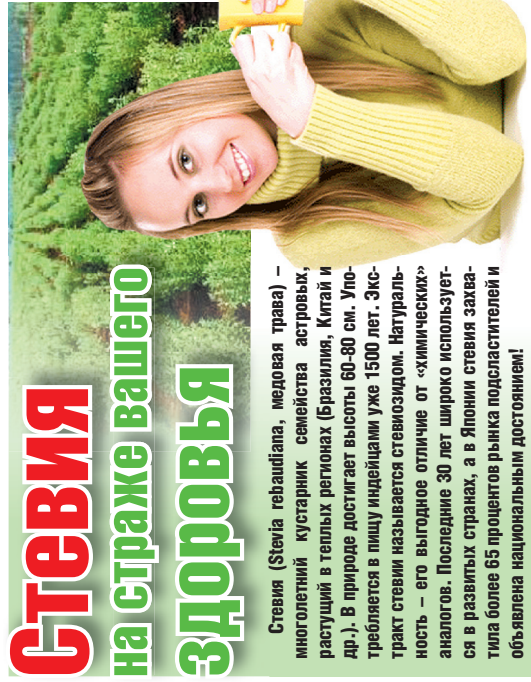


[www.gazetadacha.ru](http://www.gazetadacha.ru)

**Тел.: 8-499-517-91-82**

\* Экстракт стевии (стевиязид) в 300–350 раз слаще сахара!





# Стевия на страже вашего здоровья

Стевия (*Stevia rebaudiana*, медовая трава) – многолетний кустарник семейства астровых, растущий в теплых регионах (Бразилия, Китай и др.). В природе достигает высоты 60-80 см. Употребляется в пищу индейцами уже 1500 лет. Экстракт стевии называется стевииозидом. Натуральность – его выгодное отличие от «химических» аналогов. Последние 30 лет широко используется в развитых странах, а в Японии стевия захватила более 65 процентов рынка подсластителей и объявлена национальным достоянием!

Первое сообщение о растении, известном под названием «каа-хее», было сделано в 1887 году натуралистом, доктором Мойзесом Бертоном.

Французские химики Бридель и Лавель в 1931 году выкристаллизовали из листьев стевии вещество белого цвета и назвали его стевииозидом.

В 1977 году фирма «Марузен Касен и Ко» начала промышленное производство вытяжки из стевии.

В отличие от других тропических и субтропических культур стевия имеет существенное преимущество – способность расти в довольно широком диапазоне различных почвенно-климатических условий. Это позволило начать ее интродукцию в разных странах: Южной Кореи, Китае, Таиланде, Японии, США, Канаде, Бразилии. Наилучшие основательные исследования проведены в Японии, Бразилии, Канаде.

В 1984 году несколько растений стевии было завезено на Украину, где в настоящее время продолжается работа с этой культурой.

Однако первой страной, признавшей зеленую целительницу стевию, была Япония. Еще в 1954 году японцы начали серьезно изучать ее и выращивать в теплицах. В настоящее время потребление продукции на основе стевии составляет более 10 тысяч тонн в год. За прошедшие годы в Японии разработано и внедрено в производство и здравоохранение более 240 авторских патентов.

Как результат государственного подхода к проблеме оздоровления нации, в Японии самая высокая продолжительность жизни в мире. Средняя продолжительность жизни японцев составляет 85 лет. В стране преследуется применение в производстве синтетических сахарозаменителей. Зато японцы употребляют огромное количество натуральных подсластителей из медовой травы – стевии.

В России активным исследованием и производством стевии занимается «Национальная Академия Здоровья». Несколько лет НАЗ разрабатывает рецептуры продуктов питания с использованием стевии. Результаты работы получили высокую оценку на специализированных выставках. В настоящее время вы можете приобрести сборник рецептов на основе стевии, выпущенный «Издательским домом «Наша Дача».

То, что стевия – природный лекарь, доказано ее практическим применением в лечении множества болезней. Ее способность продлевать жизнь, а также улучшать общее состояние организма и внешний вид не вызывает никакого сомнения.

Употребляющие стевию куда меньше болеют, чем люди, с ней незнакомые, поэтому так велик интерес к стевии и в нашей стране. Ведь мы, россияне, как и все люди на Земле, хотим пользоваться одним из самых сильных восстановителей здоровья на нашей планете.

Стевия известна не только как натуральный низкокалорийный подсластитель. По результатам исследований ученых медиков, стевия имеет лечебно-профилактическое действие при сахарном диабете, нарушениях желудочно-кишечного тракта, ожирении, атеросклерозе. Употребление стевииозидов препятствует развитию гипогликемических и гипергликемических состояний. Таким образом, стевия нормализует работу ферментных систем организма, которые в свою очередь приводят к нормализации обмена веществ и снижению уровня сахара в крови.

Стевия – идеальная пищевая добавка для тех, кто хочет похудеть. Она не имеет калорий и поэтому удовлетворяет потребность в сладком, не увеличивая веса тела. Употребление стевии уменьшает тягу к жирной пище и снижает ощущение голода.

Исследования показали абсолютную нетоксичность стевии: не было обнаружено никаких аномалий клеток, ферментов, генов и хромосомных мутаций, что свидетельствует об отсутствии мутагенной активности стевии и стевииозидов.

Стевия снижает уровень сахара в крови у больных диабетом, однако у здоровых людей, у которых уровень сахара находится в норме, при употреблении стевии он не снижается.

Стевия – замечательный антиоксидант, связывает свободные радикалы, нейтрализуя их действие, снижает кровяное давление и уровень холестерина в крови, укрепляет сосуды и чистит их от холестерина, восстанавливает их эластичность. Выявлено положительное влияние стевииозидов на деятельность печени и поджелудочной железы. Стевия нормализует работу желудочно-кишечного тракта, улучшает пищеварение, предотвращает образование язв, повышает стойкость организма к инфекционным заболеваниям, улучшает сон и умственную деятельность.

Кроме того, стевия имеет другие целебные свойства: она положительно влияет на организм при болезнях щитовидной железы, повышает иммунитет и



выводит из организма токсины и радионуклиды. Стевия является лидером в борьбе с паразитами человеческого организма, а значит, и со множеством болезней, которые раньше считались неизлечимыми. Продукты, изготовленные с использованием стевии, убивают простейших паразитов (*stereosoccus mutans*, *predontomas sagittinosa*) и лишают пищи злостных кандидов.

Это растение должно войти в дом (каждого жителя нашего региона) каждого россиянина и стать национальным достоянием России.

## Безопасность стевии и стевииозидов

На протяжении последних 30 лет в различных странах были проведены все возможные тесты на токсичность экстрактов стевии и стевииозидов. При этом ни в одном случае не были отмечены какие-либо острые или хронические неблагоприятные эффекты, никакие отдаленные последствия.

В результате проведенных НИИ гигиены питания РНГЦ М.З. Украины начиная с 1986 года в течение пяти лет медико-биологических, гигиенических, биохимических, морфологических и физико-химических исследований на живом организме, было доказано, что продукция переработки стевии при длительном ее употреблении абсолютно безвредна. Какие-либо отрицательные эффекты отсутствовали.

Доктор Д.Морей говорит: «Наиболее длительные опыты и тесты по безопасности были проведены в Японии во время анализа продукта стевии, как возможного заменителя сахара. Результаты на токсичность продуктов стевии всегда имели отрицательный результат».

Напомним, что в Южной Америке стевию употребляют уже более 1500 лет!



**Ведущий диетолог России М.И.Балаболкин:**  
«Появление на отечественном рынке стевии приведет к повышению уровня здоровья населения, снижению частоты ожирения и сахарного диабета, которые сами по себе являются причиной развития многих заболеваний».

