



Foto: Gallo Images/Getty Images

Lang lewensduur van binne na buite

Almal praat daarvan – maniere om langer jonk te bly. Rooibos wat soms 'lang-lewe-tee' genoem word, is een van die natuur se bewese hulpmiddels wat nie net die verouderingsproses vertraag en ons langer jonk laat bly nie, maar ook die gestel se weerstand teen vrye radikale help versterk.

In laboratoriumnavorsing is bewys dat Rooibos die ophoping van vrye radikale, wat veroudering veroorsaak, verminder.

Dit dui daarop dat Rooibos, heel waarskynlik die flavonoiede, jou teen oormatige vorming van vrye radikale in selle beskerm. Dit is bekend dat [namate ons ouer word] ons antioksidantbeskerming in selle afneem en die liggaam se eie vermoë om jou teen oksidasieskade te beskerm gevolglik aangetas word.

'Die antioksidante in Rooibos kan skadelike vrye radikale verwyder en só selle beskerm en die gevolge van veroudering uitstel,' sê prof. Wentzel Gelderblom, 'n spesialis-wetenskaplike by die Mediese Navorsingsraad.

Rooibos is van nature kafeïenvry en kan in onbeperkte hoeveelhede geniet word. Daar is bevind dat Rooibos kankerwerende eienskappe mag hê, die gevolge van stres beveg, lewerskade voorkom, 'n paar velttoestande doeltreffend behandel en selfs bloeddruk en cholesterol verlaag.

Om meer van hierdie unieke Suid-Afrikaanse krui en sy uiteenlopende gebruike en voordele te leer, besoek www.sarooibos.org.za