

אלוורה – מזון העל של המאה

המילה "אלוורה" מעלה במוחם של רובנו תמונה של שפופרת שקופה ובה ג'ל ירוק המשמש להקלה על כוויות. אסוציאציה רווחת זו מצמצמת ללא שיעור את סגולותיה המגוונות של האלוורה האמיתית, כאשר משתמשים בה באופן מיטבי.

מהי האלוורה האמיתית?

קיימים מאות מינים בסוג אלו, דבר המקשה לעתים על זיהוי האלוי המכונה "אלוורה". השם אלוורה מורכב מן המילים "אלו" ו"ורה" כשמשמעות המילה "ורה" בלטינית היא "אמיתית". חשוב לזכור שרק האלו- ברבדנסיס-מילר הוא הזן שאליו מתכוונים כאשר מתייחסים לסגולותיה הרפואיות של האלוורה. ניתן לזהותו לפי פריחתו הצהובה.

סגולותיה של האלוורה- צמח הפלא

ג'ל האלוורה, מזון ה"אלו-ברבדנסיס-מילר", כאשר הוא מופק מן החלק הפנימי של העלה, מכיל למעלה מ- 200 רכיבים תזונתיים, לרבות עשרים מינרלים, שמונה עשרה חומצות אמינו הנחוצות לגוף, גם אלה שהגוף אינו מייצר בעצמו, ושניים עשר ויטמינים, כולל ויטמין B12. ג'ל האלוורה מכיל גם נוגדי חימצון, חומרים אנטי בקטריאליים ואנטי פטרייתיים והרשימה עוד ארוכה.

יתרה מזאת, הנתון המפתיע הוא היחס בין מרכיבי הג'ל שבעלה, אשר נמצא מתאים במיוחד לצרכי הגוף האנושי. ד"ר יוסף שבתאי מציין במאמרו, "צמח הפלא – אלוורה", שבנוסף לאספקת מגוון עצום של חומרים מזינים לגוף, ג'ל אלוורה כמזון על, מסייע לגוף להתנקות על מנת שיוכל לספוג ביתר יעילות את אותם החומרים המזינים. זו הסיבה שהרכבו התזונתי של ג'ל האלוורה ממקם אותו כמזון-על אידיאלי שנטילתו תורמת לתחושת בריאות טובה ולשיפור ניכר בתפקודן של מערכות הגוף השונות.

ג'ל האלוורה בראי הרפואה

עיון בספרות הרפואית מלמד על היסטוריה ארוכה ומפוארת (מעל לארבעת אלפים שנים) של שימוש באלוורה לצרכי מרפא, שימוש בתחומים רבים ומגוונים מעבר לעולה על הדעת. בעשורים האחרונים נחקרו מדעית חומרים מסוימים באלוורה ותועלתם הרפואית הוכחה מעבר לכל ספק.

ג'ל אלוורה וסרטן

אחד החומרים הוא אמודין האלוורה, המונע התפתחות תאים סרטניים והוא בעל רעילות ספציפית לתאים סרטניים מסוימים, כאשר אין בו רעילות לתאים הנורמליים. הוא נבדק על תאים סרטניים מסוגים שונים ונמצא יעיל. אחד המחקרים, על תאי קרצינומה מסוג מרקל (סוג אלים של סרטן עור), נערך בבית החולים בילינסון ע"י חוקרים מאוניברסיטת תל אביב. תכונותיו של אמודין האלוורה נבדקו ועדיין נבדקות כדי לשמש למניעת סרטן ולטיפול בו, למניעת הליקובקטר פילורי (אולקוס) ולטיפול במחלות ויראליות.

גם לפוליסקרידים (רב-סוכרים) שבאלוורה, 'מנאן' ו'אצמנאן', סגולות רפואיות מגוונות. 'מנאן' האלוורה נבדק ב- Universidad Nacional de Córdoba שבארגנטינה, על תאים רגילים ועל תאים סרטניים. נמצא שהשפעתו כפולה - נוגדת שגשוג תאים סרטניים ומשפרת את תפקודם של התאים הרגילים. מחקרים נוספים הוכיחו את יעילותו של המנאן בהפחתת משקל הגידולים ובצמצום תופעות הלוואי של הכימותרפיה.



אלוורה

ג'ל אלוורה ומחלות מעי כרוניות

אצמנאן האלוורה משמש לטיפול במחלות מעי כרוניות (כמו קוליטיס) וגורם להקלה משמעותית בתסמיני המחלה. האצמנאן מאיץ את הבשלתם של תאים דנטריטים, תאים בעלי תפקיד מרכזי במערכת החיסונית המולדת, ומגביר את תפקודם של התאים הבשלים ולכן נמצא יעיל לטיפול ב- HIV הנגיף הגורם לאיידס) ובמחלות אחרות הפוגעות ביכולת החיסונית של הגוף.

ג'ל אלוורה ובעיות עור

אחד המאמרים המדעיים המודרניים הראשונים על מחקר האלוורה פורסם בארצות הברית על יד ד"ר קולינס. המאמר מתאר שימוש בעלי אלוורה לטיפול בדרמטיטיס במצח שמקורו בקרינת רדיום, באישה בת 31. לאחר כשלושה חודשים העור חזר להיות בריא ובצבעו הטבעי. טיפולים דומים בעשרות נפגעי קרינה הסתיימו בהצלחה. בעשורים האחרונים נבדק מדעית הצמח ונמצא יעיל ביותר לטיפול בכוויות מדרגה שנייה, חתכים עמוקים ופסוריאזיס.

זוהי רק דגימה מזערית מתוך מאות מחקרים. תכונותיו הפלאיות של צמח האלוורה תורמות רבות לטיפול בבעיות כרוניות נוספות כמו סוכרת, דלקת מפרקים ניוונית, יתר לחץ דם ועוד.

השימוש המיטבי באלוורה

לאור האמור לעיל, אין ספק שהאלוורה היא אחת ממתנותיו של הטבע למין האנושי. אך אליה וקוץ בה - ג'ל האלוורה יעיל אך ורק בשימוש מידי. כארבע שעות לאחר חיתוך העלה הג'ל מתחמצן ומאבד את סגולותיו כמעט לחלוטין. הפתרון המקובל הוא לייבש את הג'ל ולטחון אותו לאבקה אך גם כך הוא מאבד חלק ניכר מרכיביו הפעילים. בשנות השמונים מצא רוקח בשם ביל קואטס נוסחה מורכבת לייצוב הג'ל ולשימור מושלם של תכונות הג'ל הפעיל שבעלה. נוסחה זו זכתה לאישורה של המועצה המדעית לחקר האלוורה והיא זו הנמצאת בשימוש במחקרים על תכונות הצמח.

אם כן, מדוע כתוב על הג'ל הירקרק שנמצא בארון האמבטיה שלכם ג'ל אלוורה?

אין חוק האוסר לקרוא למוצר בשם אחד ממרכיביו, גם אם נוכחותו של המרכיב במוצר מזערית. סביר מאוד שהג'ל הירוק מכיל תשעים ותשעה אחוזים של גליצרין ומים, אחוז אחד של אלוורה לא פעילה וקצת צבע מאכל טבעי לקישוט, כי ג'ל אלוורה אמתי, במצבו הפעיל, הוא שקוף! אם בידכם, ג'ל בצבע ירוק, סביר מאוד להניח שהוא אינו ג'ל אלוורה פעיל ומיוצב.



אלוורה

איך בוחרים בג'ל אלוורה איכותי?

על מוצרים המכילים ג'ל אלוורה פעיל ומיוצב יופיע מספר הפטנט המעיד על ייצוב הג'ל, הפטנט של ביל קואטס, ובעת רכישת המוצרים המכילים ג'ל אלוורה פעיל, תינתן לכם אחריות - אם לא תהיו מרוצים מן התוצאות כספכם יוחזר במלואו.

וכמו שמסכם ד"ר את'ר'טון, רופא וחוקר באוניברסיטת אוקספורד באנגליה, את מאמרו: "דמיינו לעצמכם מה יכול לעשות ג'ל אלוורה פעיל, כאשר אנו שותים אותו - עם כל המרכיבים החיוניים הללו (שלרוב נעדרים מן התזונה שלך), מסוגל הגוף לקבל מספיק כדי לאפשר פעולה יעילה של מערכות אנזימים מורכבות ביותר. פירוש הדבר שהגוף יכול לתפקד במאת האחוזים."

עם גוף נקי ובריאנו מרגישים טוב יותר, נמצאים יותר וחשופים פחות למחלות.