



Mind Master – účinný antioxidační koktejl pro tělo i mysl!!!

MUDr. Pavel Hanzelka

Význam anglického slovíčka **Mind** neznamena nic jiného než „mysl, mozek či paměť“, slovíčko **Master** pak přeložíme jako „mistr, odborník či pán“, případně jako sloveso „zvládnout či ovládnout“. Význam těchto dvou slov jednoznačně vystihuje podstatu tohoto potravinového doplňku od LR: „Ovládni svou paměť, mysl i mozek. Buď pánem svého myšlení.“

Ano, Mind Master je určen především pro rizikové skupiny lidí ohrožené nadměrným stresem ve všech jeho podobách. Posiluje schopnost odolávat zatížení, zlepšuje naše soustředění, výkon, pozornost i paměť a také snižuje následky dlouhodobého a nadměrného napětí na tělo i duši. Mind Master je však nejen to. Je unikátním koktejlem antioxidačních látek, z nichž mnohé mají řadu dalších pozitivních účinků na lidské zdraví, včetně působení při prevenci a podpůrné léčbě nádorových a kardiovaskulárních chorob.

Jednou z hlavních složek Mind Master je **resveratrol**. Již v 19. století popsal skotský lékař Samuel Black tzv. **FRANCOUZSKÝ PARADOX**. Všiml si, že se ve Francii v nízké míře vyskytují infarkty a další cévní příhody, přestože obyvatelé jedí velké množství živočišných tuků – stravují se tedy zcela nezdravě. Později bylo zjištěno, že příčinou tohoto jevu je právě resveratrol, molekula obsažená v nemalém množství v červeném víně, kterému obyvatelé Francie holdují.

Tato unikátní molekula se řadí do skupiny tzv. polyfenolů a do podskupiny tzv. stilbenů. Patří mezi sekundární rostlinné metabolity, jimiž se rostlina brání proti řadě vnějších stresových faktorů, jako je infekce /např. plísněmi/, poranění nebo nadměrné sluneční záření.

Jeho syntéza startuje v okamžiku napadení rostliny škůdcem (stresorem). Látky, které se začínají syntetizovat po kontaktu s „nepřítelem“ označujeme jako fytoalexiny. Resveratrol je jedním z nich. Za jeho podíl v Mind Master vděčíme **šťávě z hroznů** a extraktu z kořene **křídlatky kopinaté** /Polygonum cuspidatum/, který je na tuto látku velmi bohatý. Extrakt z kořene křídlatky se po staletí používá v tradiční čínské medicíně a pod označením cholikan.

Resveratrol se v organismu mění v ještě účinnější **piceatamol**. On i jeho metabolit mají výrazné antioxidační účinky, což je výhodou v prevenci a podpůrné léčbě řady nádorových onemocnění a onemocnění kardiovaskulárního systému. Kladem je snížení oxidace cholesterolu na formu, která je ukládána do stěny cévní, zvýšení hladiny dobrého cholesterolu /HDL-cholesterol/ a snížení přilnavosti krevních destiček na stěnu cév, což zmenšuje riziko vzniku krevní sraženiny nad poškozenou cévní stěnou. To vše má u onemocnění cévní soustavy velký význam.

Resveratrol aktivuje tzv. „geny mládí“ a jejich bílkovinné produkty /tzv. sirtuiny/, které „opravují“ poškozené části molekul DNA. Tím se spolupodílí na zpomalování procesu stárnutí buněk, tkání a vlastně celého těla. Předpokládaná zdraví prospěšná denní dávka resveratrolu je kolem 50mg/den, u nádorových, kardiovaskulárních i jiných závažných onemocnění 100–200 mg. Studiemi bylo prokázáno, že resveratrol zvyšuje účinnost betaglukanů stimulujících imunitu /např. beta-glukany z houby Reishi či beta-glukany z dalších zdrojů/.

