Dane aktualne na dzień: 14-11-2026 08:40

Link do produktu: https://www.lubziolek.pl/wiesiolek-nasiona-p-105.html



WIESIOŁEK Nasiona

Cena	**22,00 zł**
Dostępność	**Dostępność - 3 dni**
Czas wysyłki	**24 godziny**

Opis produktu

Wiesiołek to roślina należąca do rodziny wiesiołkowatych, która dzieli się na około 120 gatunków. W naszym kraju spotkać można ok. 30 gatunków wiesiołka, a najpopularniejszym spośród nich jest wiesiołek dwuletni. Rośnie on dziko na wielu polach, łąkach oraz w lasach. Wiesiołek osiąga około 1 m wysokości, ma odwrotnie jajowate liście, a jego cechą charakterystyczną są żółte zebrane w kwiatostany kwiaty, które w ciągu dnia pozostają przymknięte, a otwierają się na wieczór. Choć w ziołolecznictwie wykorzystuje się właściwie wszystkie części tej rośliny, najbardziej wartościowym jej elementem są zebrane w podłużnych i jajowatych torebkach drobne i twarde nasiona – to one posiadają najwięcej cennych właściwości zdrowotnych.

W składzie wiesiołka można spotkać liczne nienasycone kwasy tłuszczowe. Wśród nich znajdują się te z rodziny omega (linolowy oraz gamma-linolenowy). Stanowią one od 15 do nawet 20 proc. składu produktów na bazie wiesiołka. Ponadto minerałami, które znajdują się w wiesiołku, są wapń, magnez, cynk oraz selen.

DZIAŁANIE WSPOMAGAJĄCE:

- regularne przyjmowanie zioła powoduje wzmocnienie odporności oraz ogólną poprawę kondycji organizmu,
- zawartość kwasów tłuszczowych pozytywnie wpłynie na pamięć i pracę mózgu oraz na odchudzanie. Po roślinę tę śmiało powinny sięgać osoby, które pragną zrzucić zbędne kilogramy, gdyż wspomoże ona proces chudnięcia,
- wiesiołek może być także stosowany jako część detoksu organizmu. Dzięki niemu załagodzone zostaną problemy z wypróżnianiem, ulepszy poprawę materii, a także korzystnie wpłynie na pracę nerek i wątroby,
- dodatkowo, wiesiołek przeciwdziała dolegliwościom bólowym związanym z chorobami reumatycznymi, a w przypadku wczesnego stadium stwardnienia rozsianego załagodzi osłabienie nóg,
- zaleca się go osobom zmagającym się z problemami dermatologicznymi takimi jak trądzik, wypryski oraz egzema. Stosuje się go również w przypadkach stanów zapalnych oraz dla ogólnej poprawy stanu skóry, czyli w celach kosmetycznych,
- spożywanie oleju lub picie naparu z tego zioła wspomaga leczenie nadciśnienia tętniczego oraz zapobiega powstawaniu bardzo niebezpiecznych dla zdrowia i życia zakrzepów,
- wpływa na obniżenie ciśnienia oraz poziomu tak zwanego „złego” cholesterolu i trójglicerydów. Działa więc przeciwmiażdżycowo i stanowi bardzo dobrą ochronę dla serca i żył.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Nasiona wiesiołka można stosować jako dodatek do posiłków i do napojów. Będą one dobrym dodatkiem do sałatek, koktajli, jogurtu, kefiru, zup, sosów, czy owsianki. Można je dodawać w całości lub zmielić w młynku do kawy. Nasiona pęcznieją i chłoną wodę podczas gotowania.

Nasiona wiesiołka można również spożywać samodzielnie. W tym celu należy 1 łyżkę nasion zalać wrzątkiem i wypić napar razem z nasionami po 10 minutach. Zaleca się spożywanie 1 łyżki nasion dwa razy dziennie.

Nasiona wiesiołka można wykorzystać również w celach kosmetycznych. Zawarte w wiesiołku kwasy tłuszczowe poprawią nawilżenie i elastyczność skóry. Aby przygotować kąpiel, należy czubatą łyżkę nasion zalać wrzątkiem i gotować przez 5 minut, po czym odstawić na kolejne 10 minut. Po tym czasie należy odsączyć nasiona, a napar wlać do kąpieli.

Produkt posiada dodatkowe opcje:

WAGA:: 100g. , 200g , 500g , 1000g