



ZDRAVÍ A KRÁSA 21. 05. 2013

Kolostrum nastartuje imunitu zcela přírodní cestou

Kolostrum (latinsky Colostrum, česky také mlezivo) je tekutina, která je produkována mateřskými žlázami samice předtím, než porodí potomka. Posléze...

Svému tělu můžeme velmi pomoci přidáním pravidelného pohybu, zdravé stravy bez chemických přísad, a také podporou imunity přírodními potravinovými doplňky.

Kolostrum: Zdravá imunita z přírody pro pevné zdraví

Kolostrum (latinsky Colostrum, česky také mlezivo) je tekutina, která je produkována mateřskými žlázami samice předtím, než porodí potomka. Posléze mateřské žlázy produkují mléko. Tento sekret = kolostrum se také někdy nazývá „**prvním mlékem**“ a jeho produkce se zastaví několik hodin po porodu. Porod je totiž tím momentem, kdy tělo začne signalizovat, že je třeba začít tvořit skutečné mateřské mléko. [Kolostrum](#) se tedy postupně začne měnit na mléko, toto meziobdobí trvá obvykle dva až maximálně tři dny. Pro všechny savce je kolostrum životně důležitou látkou pro přežití mláďete. Důvodem, proč ho dítě (mláďe) musí přijímat, je vysoká koncentrace imunitních faktorů, které kolostrum obsahuje. Tyto faktory se u lidí nacházejí rovněž v placentě, proto lidský novorozenec, i v případě, že kolostrum nepřijímá, může přežít, což u jiných savců není možné.

Kolostrum má v sobě **vysoký obsah imunitních faktorů**, toho se v minulosti využívalo na podporu léčby různých onemocnění. V současné době kolostrum opět poutá pozornost a mnohde se již znovu využívá pro své silné účinky na podporu imunity. Výzkum kolostra je dnes dokonce již na takové

úrovni, že je možné určit množství jednotlivých imunitních faktorů v jedné dávce. Kolostrum a jeho účinků se nově začíná využívat také v kosmetickém průmyslu.



Složení kolostra

Všechny látky obsažené v kolostru pomáhají novorozenci přežít dny, kdy se ocitá v novém prostředí.

- **Imunoglobuliny:** proteiny účastníci se látkové výměny, jedná se o protilátky proti různým patogenům včetně nádorových buněk
- **Laktoferin:** pomáhá lépe vázat železo v organismu, zabraňuje množení bakterií - má důležité antibakteriální, fungicidní a antivirové účinky, funguje jako skvělá ochrana proti infekcím, nemocem, alergiím a rakovinným nádorům, potlačuje syndrom vyhoření a chronický únavový syndrom
- **Přirozené růstové faktory:** jsou důležité pro růst dítěte a pro celkovou regeneraci tkání a hojení ran, někdy se jim také říká „látky mládí“ neboť zpomalují stárnutí organismu
- **Minerály a vitamíny:** jsou další důležité a zdravé prospěšné látky v kolostru - vitamin C, B skupina, D, kyselina listová, prvky jako je selen, zinek, fosfor a další
- **Skupina molekul nazývaná PRP:** výkonný regulátor imunitního systému

Užívání kolostra

Kolostrum neboli mlezivo je jakožto doplněk stravy dostupné ve formě hovězí, kozí nebo [kombinované formě](#). Jeho užívání je doporučováno především pro podporu imunity, takže je vhodné v případech výskytu častých bakteriálních a virových onemocnění nebo trpíte-li jakoukoliv nemocí, která je spojena s poruchou imunitního systému. Skvělé je pro doplnění sil a energie při jakékoliv rekonvalescenci nebo duševní a fyzické námaze. **Užívání kolostra** je vhodné také při rakovinném bujení a nádorových onemocněních, v případě, že trpíte nějakým zánětlivým onemocněním zažívacího traktu, pomáhá také při léčbě žaludečních vředů a obdobných problémů. Celkově snižuje projevy stárnutí organismu a je také vysoce efektivní v prevenci i léčbě kardiovaskulárních chorob.

Hovězí kolostrum

Kravské (hovězí) kolostrum obsahuje výše zmíněné látky, které jsou vhodné pro **posílení organismu a podporu imunity**. Je ideálním každodenním doplňkem naší běžné stravy. [Kozí kolostrum](#) a [kravské kolostrum](#) dokonce obsahuje 30 - 40x více účinných látek, než kolostrum lidské matky. Lidské kolostrum rovněž nebývá tak bohaté na obsah obranných a růstových látek, protože lidský novorozenec přijímá již obranné a růstové látky před samotným narozením na svět z placenty matky, u malého telete tomu tak není, to získává potřebné živiny a látky právě až z mleziva.



Kozí kolostrum

Kozí kolostrum optimalizuje přirozený obranný systém organismu a pomáhá udržovat zdraví a normální funkci imunitního systému při intenzivní fyzické námaze. Pomáhá urychlovat celkovou regeneraci sil po fyzické nebo psychické námaze, posiluje organismus při únavových stavech. Podílí se také na zneškodňování škodlivých virů a bakterií v organismu, posiluje i tzv. „pasivní imunitu“. Navíc na rozdíl od kravského kolostra má i tu výhodu, že neobsahuje alergeny vyskytující se v kravském mléce. V kombinaci s cvičením a vhodnou dietou podporuje také růst svalů a přirozenou

redukci hmotnosti, přispívá k revitalizaci oslabeného nervového systému. **Kozí kolostrum** je úžasné v tom, že kozy patří k nejzdravějším zvířatům vůbec. Výsledky dlouholetého výzkumu prokázaly, že kozy nikdy ne onemocní rakovinou, proto se vědci oprávněně domnívají, že právě kozí mléko či kozí kolostrum by mohlo sehrát významnou roli v prevenci a léčbě rakoviny.