



De Naturlider Artisjok zijn blaadjes in stukjes om te bereiden als infusie of afkooksel. Artisjok verhoogt de productie of synthese van gal in de lever en bevordert de eliminatie ervan uit de galblaas, het is een leverbeschermer, het vermindert triglyceriden in het bloed, het verlaagt het cholesterolgehalte, het heeft een diuretische werking en is oedemateus.

### DESCRIPCIÓN

#### Wat is Naturlider-artisjok?

De artisjok of Cynara Scolymus is een kruidachtige plant waarvan de vruchten eetbaar zijn. In voedsel wordt voornamelijk het zachte en vlezige recipiënt gebruikt.

Om infusies te bereiden, worden de bladeren gebruikt die in het eerste jaar of aan het einde van de bloei in de zomer zijn verzameld.

#### Wat zijn de actieve ingrediënten van Alcachofera Naturlider?

- Talrijke polyfenolzuren:
  - Fenolzuren afgeleid van kaneelzuur (2%): cynarine (diester van cafeïne- en kininezuur: 1,5-O-dicaffeylquininezuur), cafeïnezuur, chlorogeenzuur, neochlorogeenzuur, cryptochlorogeenzuur, kininezuur, caffeylquininezuur, dicaffeylquininezuur, enz.
  - Organische zuren: alfa-hydroxymethylacrylzuur, appelzuur, citroenzuur, barnsteenzuur, melkzuur, fumaarzuur, glycolzuur, glycerinezuur, enz.
- Sesquiterpeenlactonen of bittere principes: cynaropicrine, cinatriol, dehydrocinnaropicrine en grosheimine. Er is ook een sesquiterpeenlacton uit de guaianolidegroep gedetecteerd, vergelijkbaar met dat in paardenbloem.
- Flavonoïden (0,1-1%): apigenine, luteoline, heterosiden afgeleid van luteoline: cynnaroside, scolimoside, cinaratroside en rutine.
- Slijm, pectine, inuline.
- Fytosterolen: B-sitosterol, stigmasterol.
- Triterpeenalcoholen (taraxasterol, pseudotaraxasterol).
- Etherische olie: muuroleen, beta-selineen, caryofylleen, alfa-humuleen, alfa-cedreen.
- Steroïde sapogeninen.
- Tannines.
- Minerale zouten rijk aan kalium, magnesium, ijzer, fosfor, mangaan, calcium, natrium en koper.



## Artisjok 40 gr

EAN: 8435110840109    FABRICANTE: NATURLIDER



- Vitaminen (A, B1, B2 en C).
- Enzymcomplex (oxidasen, peroxidasen, catalasen, kinasen, ascorbinasen).
- Er zitten zeer actieve oxidasen in de bladeren van de artisjok, die tijdens het drogen de O-Dihydroxyfenolderivaten (cynarine, flavonoïden) afbreken, wat het donker worden van de plant verklaart als het drogen niet snel gebeurt. De droogtemperatuur mag niet hoger zijn dan 40°C.

### Waar worden Naturlider-artisjokkeninfusies voor gebruikt?

Artisjokkeninfusies dienen om:

- Lever- en galaandoeningen zoals leververvetting, luie galblaas, cholelithiasis...
- Om het cholesterolgehalte te verlagen.
- Bij spijsverteringsproblemen, na een vette maaltijd.
- Voor anorexia.
- Voor diabetici, omdat het een hoog gehalte aan inuline heeft, dat bij afbraak geen glucose genereert en een adequate bijdrage van koolhydraten aan de voeding mogelijk maakt.
- Om de bloeddruk te verlagen.
- In gevallen waarin vocht wordt vastgehouden, omdat het een diuretische plant is.
- Bij overgewicht en cellulitis.
- Om jicht te behandelen.
- Bij obstipatie.
- Hoofdpijn of hoofdpijn.

### Heeft artisjok contra-indicaties?

- Het is gecontra-indiceerd als er overgevoeligheid is voor de artisjok. Al moet er wel rekening mee gehouden worden dat de artisjok niet giftig is.
- Het mag niet worden ingenomen in geval van obstructie van de galwegen, omdat het de aandoening zou kunnen verergeren door de galafscheiding te stimuleren.
- Het wordt niet aanbevolen voor borstvoeding, omdat de bittere ingrediënten van de artisjok in de melk kunnen terechtkomen en er een slechte smaak aan kunnen geven.
- Het wordt niet aanbevolen tijdens de zwangerschap.
- Als u last heeft van galstenen, mag dit middel alleen onder toezicht van een arts worden ingenomen.

### Heeft de Naturlider-artisjok interacties?



## Artisjok 40 gr

EAN: 8435110840109 FABRICANTE: NATURLIDER



Artisjok als infuus kan de functie van antidiabetica verhogen.

En vanwege zijn diuretische werking kan het interacties veroorzaken met analgetica en ontstekingsremmers, kan het interfereren met medicijnen om de bloeddruk te verlagen, kan het de lithiumtherapie versterken die wordt gebruikt bij acute depressie, kan het de calciumspiegels verlagen in geval van ondervoeding. behandeling met corticosteroiden.

### Heeft artisjok bijwerkingen?

Artisjok kan bijwerkingen veroorzaken als hoge doses worden ingenomen.

Deze bijwerkingen kunnen zijn:

- Dermatologische allergieën.
- Diplopie op oogniveau.
- Hyperthyreoïdie.
- Spiertrekkingen.
- Hypocalciëmie.

### Hoe kan ik Artisjok Naturlider gebruiken?

**Als infusie:** Doe 1 theelepel plant per kopje. Voeg kokend water toe, laat 5-10 minuten staan en filter.

**Afkooksel** (wortel, stengels): Giet de plant in kokend water, kook gedurende 2-5 minuten, laat het 5-10 minuten rusten en filter, in een verhouding van 1 theelepel per kopje.

