

Der Wunderbaum Moringa für Schwangere!



Leseprobe:

Moringa, die Pflanze der Superlative mit beispielloser Nährstoffdichte

„Obwohl nur wenige Menschen bisher von Moringa gehört haben, könnte sie schon bald zu den wertvollsten Pflanzen der Welt gehören.“

(Dr. Noel Vietmeyer, US National Academy of Sciences, Washington, USA)

Bestellen Sie noch heute das E-Book und sichern Sie sich einen Einkaufsgutschein in Höhe von 5.- Euro (eingedruckt im Buch)

70% des Erlöses aus dem Buchverkauf kommen gemeinnützigen und sozialen Projekten zugute.

Zufriedenheitsgarantie: Erst lesen dann bezahlen!

Sie können zuerst das Buch herunterladen und lesen.

Wenn Sie damit zufrieden waren, überweisen Sie uns den Kaufpreis in Höhe von 12,00 Euro, den wir zu 70% gemeinnützigen und sozialen Projekten zukommen lassen.

Wenn Sie nicht zufrieden sind, löschen Sie es einfach wieder.

Buch sofort lesen und Gutschein sichern unter:

<http://www.moringaladen.de>

Moringa als „mother´s best friend“

Hebammen in Afrika brauen Tee aus Moringa-Blättern, um die Milchproduktion von laktierenden Müttern zu steigern. Der Milchbildungstee, den man bei uns in der Apotheke bekommt, schmeckt scheußlich. Ich empfehle, auf Moringablätter-Tee umzusteigen, der hervorragend und leicht süßlich schmeckt. Es gibt eine doppelblinde, randomisierte Studie mit schwangeren Frauen in einem Krankenhaus „Ospital ng Makati“ auf den Philippinen, die bei nur dreimal 2 Kapseln à 350 Milligramm Moringa-Blattpulver täglich vor der Geburt die Milchproduktion gegenüber der Placebogruppe in den ersten zwei Tagen nach der Geburt mehr als verdoppelten.

Moringa hat schon vielen Babys und Kindern in Entwicklungsländern das Leben gerettet. Dr. Lowell Fuglie dokumentierte zahlreiche Moringa-Mutter-Kind-Projekte. Eine Mutter, Maissata, berichtet: „Meine Übelkeit verschwand, und ich bildete genug Milch für mein Baby. Ich fühlte mich viel gesünder, und sowohl mein Baby als auch ich nahmen zu.“ Ihr Baby wog bei der Geburt nur 3,2 Pfund, und niemand erwartete, dass es überlebte. Weitere Organisationen, die in Entwicklungsländern mit Moringa das Überleben von Mutter und Kind sichern, sind „Trees for Life“, ECHO (Educational Concerns for Hunger Organization) und NCC (National Council of Churches). Um viele Krankenhäuser in Afrika und Südamerika werden schon Moringa-Bäume gepflanzt.

Warum langes Stillen das Beste fürs Kind ist

Stillen ist das Beste für das Kind. Ärzte und Hebammen empfehlen, sechs Monate, am besten sogar neun Monate lang zu stillen. Gestillte Kinder sind aufgrund der Fettsäuren in der Muttermilch intelligenter, ihr Immunsystem ist stärker, sie bekommen weniger oft Allergien und Asthma, und ihre Verdauung funktioniert besser, weil der Darm mit den richtigen Bakterien wie Acidopholus und Bifidus besiedelt wird. Etwa 80 Prozent des Immunsystems ist im Darm angesiedelt. Für die bessere Gehirnentwicklung und Intelligenz von Still-Kindern ist die DHA-Fettsäure verantwortlich. Auch das Cholin in der Muttermilch ist wichtig für eine optimale, schnelle Reaktionszeit von Gehirnzellen und verbessert langfristig das Gedächtnis. Mit Moringa wird die Menge an Muttermilch gesteigert, was besonders für Spätgebärende oder Mütter von Zwillingen wichtig ist. Bei Kühen hat man festgestellt, dass die durchschnittliche Milchleistung dank Moringa von sieben auf zehn Liter täglich stieg.

Moringa verbessert die Qualität der Muttermilch

Nicht nur, dass Moringa zu mehr Muttermilch verhilft, sondern durch seine einzigartige Nährstoffdichte verbessert es auch ihre Qualität. Der Nährstoffbedarf in der Stillzeit ist höher als in jedem anderen Abschnitt im Leben einer Frau! Ein gesunder Säugling verdoppelt in den ersten vier bis sechs Monaten sein Gewicht. Der Bedarf an den meisten Vitaminen und Mineralien ist jetzt 50 bis 100 % höher als vor der Schwangerschaft. So gibt eine Stillende 10 Gramm Kalzium pro Monat an die Muttermilch ab. Die gelbliche Färbung der Vormilch „Colostrum“ liegt im hohen Beta-Karotin-Gehalt begründet. Dieses Vitamin schützt das Neugeborene während des ersten Lebensabschnitts vor oxidationsbedingten Schäden. Moringa ist eine der beta-karotinreichsten Quellen, die es gibt. Die Immunproteine im Colostrum legen sich wie eine Decke über die Darmwand des Babys und schützen ihn vor Infektionen. Moringa ist, wie schon beschrieben, eine erstklassige Proteinquelle.

Etwa ein Drittel der Fette in der Muttermilch stammt direkt aus der Ernährung der Mutter. Moringa ist eine gute Quelle von Fettsäuren, besonders das Behen-Öl, was wertvolle Fettsäuren wie Linolensäure und Omega-3-Fettsäuren für eine optimale Gehirnentwicklung und Entwicklung des Neugeborenen enthält. Während der Stillzeit muss die Mutter auch an ihre eigene Nährstoffversorgung denken. Nährstoffmängel während Schwangerschaft und Stillzeit können zur postnatalen Depression führen, wofür besonders an Mangel an B-Vitaminen, Kalzium, Magnesium, Zink und Eisen die Ursache sein kann. Alle diese Vitalstoffe finden sich konzentriert in Moringa.

Während der Schwangerschaft und Stillzeit gehen über die Nabelschnur und später durch die Muttermilch die besten Nährstoffe ans Kind. Der Bedarf an Kalzium verdoppelt sich bei schwangeren Frauen. Auch der Eisenbedarf ist während der Schwangerschaft doppelt so hoch wie sonst, bei etwa 30 Milligramm pro Tag. Moringa enthält Rekordmengen von Kalzium und Eisen.

Wir sehen, dass die Natur den Nachwuchs als das Wichtigste erachtet. Daher ist es sehr wichtig, dass sich die Mutter optimal ernährt während Schwangerschaft und Stillzeit, am besten natürlich auch schon vor der Schwangerschaft, damit sie und das Baby keine Mangelerscheinungen bekommen. Es ist unnatürlich, dass sich die werdende Mutter mit Übelkeit und Energiemangel plagt und oft mit dem Stillen aufhört aufgrund von Erschöpfung und Überforderung durch Vitalstoffmangel. Da die Samenqualität und damit die Fruchtbarkeit europäischer Männer in den letzten Jahrzehnten kontinuierlich zurückgegangen ist, sollte auch Vater in spe spätestens zu Beginn der Familienplanung Moringa essen.

Ein Baum fürs Leben und die wertvollste Pflanze der Welt

Lassen Sie sich von diesem Wunderbaum verzaubern, bereichern auch Sie Ihr Leben mit Moringa. „Gesundheit ist nicht alles. Aber ohne Gesundheit ist alles nichts“, wie es der berühmte deutsche Philosoph Arthur Schopenhauer einmal ausdrückte. Es war dank Moringa noch nie so leicht und lecker, gesund zu werden und gesund zu bleiben. Strahlende Gesundheit, ein Zustand überfließender Lebenslust und –Freude, Tag für Tag, ist Ihr Geburtsrecht! **Beanspruchen Sie es – jetzt**

Lesen Sie das Moringabuch von Erfolgsautorin Barbara Simonsohn unter: <http://www.moringaladen.de>
... und holen Sie sich unseren 5.- Euro Einkaufsgutschein (Der Gutscheincode ist im Buch eingedruckt)

Moringa vom MoringaGarden Teneriffa

Der Wunderbaum Moringa für Schwangere!

Moringa

oleifera lam.

Der essbare Wunderbaum

Die mit Abstand nährstoffreichste Pflanze ...

- Vitamine
- Proteine
- Mineralien
- Aminosäuren

Vielseitig und lecker:

- als Salat
- wie Spinat
- in die Suppe
- als Gewürz
- als Tee

Mit über 90 Nährstoffen

(Vitamine, Mineralien, Aminosäuren, sekundäre Pflanzenstoffe und noch viel mehr)

ist er das gesündeste Gewächs unserer Erde und wächst bereits im ersten Jahr bis zu 6 Meter, wenn man ihn lässt.



<http://www.moringaladen.de>

Der „Wunderbaum“ Moringa oleifera

Moringa oleifera, er ist eine der nützlichsten und vielseitigsten Pflanzen, die es auf unserer Erde gibt. Eine Spezies aus dem Himalaya, die von sich reden gemacht hat. Diese schnell wachsende, sommergrüne Pflanze wird als Nutz- und Zierpflanze kultiviert, gedeiht auf fast jedem Boden und bildet gefiederte Blätter aus. Die goldfarbenen Blüten duften nach Honig. Es werden schon über 300 Erkrankungen gezählt, von Schwächezuständen und hohem Blutdruck bis Osteoporose und Diabetes, die mit dem „Wunderbaum“ behandelt werden können. In der ayurvedischen Medizin ist seine Heilkraft schon seit Jahrtausenden bekannt.

In den Blättern des Moringa-Baumes sind sämtliche lebenswichtige Aminosäuren und Fettsäuren enthalten, sowie eine große Bandbreite an Vitaminen und Mineralstoffen die einen höheren Anteil aufweisen als alle bekannten Gemüse. Sie können als Salat, Gemüse usw. gegessen werden.

Nicht nur **Gehirn und Knochen, Nerven und Stoffwechsel** können mit den Blättern des „Meerrettich-Baumes“, Moringa oleifera, **reguliert** werden. Sie sollen auch **gegen Kopfschmerzen, Blähungen, Schnittverletzungen und viel mehr helfen**. Weltweit findet man **bereits mehr als 700 Studien**, welche die gesundheitlich wertvollen Eigenschaften dieser ayurvedischen Pflanze belegen und immer mehr Wissenschaftler zum Staunen bringen.

Ein wahres Wunder der Natur!

Seine **Blätter** sind ein natürliches, außergewöhnlich vielseitiges **Multi-Vitamin und –Mineralstoffkonzentrat**, seine **Samen befreien Wasser von Bakterien und Viren** und **liefern ein hochwertiges Öl**. Die **Früchte verwendet man als Gemüse und als Bestandteil bei Curry-Mischungen**. Seine **Wurzeln** kann man auch **als Gemüse** verwenden. „Moringa oleifera“ heißt der Baum, der wegen seiner vielfältigen Wirksamkeit auch „Wunderbaum“ oder „Baum des langen Lebens“ genannt wird. **Alle Teile des Baumes finden Verwendung** in der Medizin, zur Wasserreinigung und vor allem **als äußerst hochwertiges Lebensmittel**. Er **enthält unzählige lebenswichtige Vitalstoffe** und deckt mit nur wenigen Gramm täglich den Tagesbedarf für Mensch und Tier.

Lesen Sie das Moringabuch von Erfolgsautorin Barbara Simonsohn unter: <http://www.moringaladen.de> ... und holen Sie sich unseren 5.- Euro Einkaufsgutschein (Der Gutscheincode ist im Buch eingedruckt)