Спирулина

Спирулината е оцеляла цианкобактерия, преживяла ледниковия период и запазила в себе си мощни механизми за защита от неблагоприятни външни въздействия.
Спирулината, едновременно и растение и животно (смята се че е повече животно), съдържа както хлоропласти – признаци на растение, така и митохондрии – като при животните. В продължение на много столетия, спирулинта се е научила в зависимост от околната среда или да изпада в летаргия (ледников период, силна радиация) или бурно да се размножава, разпростирайки се на всички континенти.

Без да се преувеличение спирулината може да бъде наречена природен концентрат за оцеляване.

Всичко започва през 1964г. Белгийският ботаник Ж. Леонар открива в африканските гори около езерото Чад неголямо племе туземци, чието меню не се било променяло стотици години. Тези мирни хора не се занимавали с лов и земеделие. Всичко необходимо намирали наоколо – плодове и корени от растения. Те не познавали съвременната цивилизация. И, макар че такива племена в Африка не били рядкост, един факт привлича вниманието на учения – високата продължителност на живот на туземците при високо здравословно състояние. Въпреки липсата на каквато и да е медицина всички старци имали здрави, добре запазени зъби и гъсти черни коси. Захващайки се изучаването на начина им на живот, Леонар обърнал внимание на малките плоски питки в зелен цвят, които те използвали вместо хляб. Правели ги от водораслите, които събирали от повърхността на езерото и сушели и на слънце. При детайлно изследване става ясно, че това е едноклетъчното синьо- зелено водорасло спирулина (Spirulina Plantensis), което отдавна е познато на науката.

Възрастта му е около 700 милиона години и то е една от първите фотоситезиращи форми на живот на Земята. След откритието на Леонар, учените се заемат с изучаването на чудесните свойства на спирулината. През 1977- 1980гг. Г. Чаморо – официален експерт по хранителна токсикология към УНИДО (Виена), потвърждава хранителната пригодност на спирулината, доктор Е. Сантакрус установява, че белтъка на спирулината по хранителна ценност е сравним с яйчния жълтък, а лечебните му качества надминали всички очаквания на учените.

От началото на 80- те години спирулината започва масово да се използва като хранителна добавка в целия свят. Днес ежедневното меню на японеца или американеца е немислимо без 3- 5 грама спирулина. Тя влиза в състава на много готови продукти, а също се продава и в чист вид, като прах или таблетки. Освен това в САЩ употребата на спирулина става популярна сред хората с наднормено тегло, тъй като дори малко количество от нея притъпява чувството за глад и осигурява на организма всички необходими за живот вещества. Затова и обръщат внимание и астронавти, алпинисти, туристи и военни.

В това отношение не изостава и Съветският съюз. И тъй като там не се произвежда спирулина, тя се внася. Естествено, тогава била достъпна за малцина. Престарелите членове на политбюро на ЦК на КПСС започнали да получават ежедневни дози от добавката- чудо, което в крайна сметка удължава живота на мнозина. Постоянно присъствие спирулината получила и в центъра за подготовка на космонавтите, започнали да я получават переспективни спортисти при подготовка за Олимпийски игри и други международни състезания.

В крайна сметка, спирулината получава такова признание, че в началото на 80- те МГУ М.В.Ломоносов получава поръчка от Министерството на отбраната на СССР за разработка на методи за отглеждане на спирулина в изкуствени условия и производство на медицински препарати от нея. Естествено, самата поръчка и всичко останало били строго секретни. Ръководители на проекта били учениет проф. А. Соловьов и М. Лямин. Но в началото резултатът бил получаването на малки количества от продукта.

След разпадането на СССР работата по този проект се преустановява и едва в средата на 90- те този продукт попада при масовия потребител. Благодарение на подходящите климатични условия, ферми за отглеждането на спирулина са посртоени в Молдова и Украйна.

Що за чудо е това – спирулина?

Това е единствения жив организъм, оцелял на Земята стотици милиони години без да се промени, благодарение на уникалния си биохимичен състав. Това е внимателно балансиран от самата природа набор от витамини, минерали и аминокиселини. Съдържанието на белтък в спирулината достига 70%, т.е. в 10гр водорасли има толкова белтък, колкото в килограм говеждо, а бета- каротин – колкото в 10 кг сухи моркови.
Нека разгледаме по- подробно състава на спирулината:
- В състава и влиза в голямо количество синия пигмент фикоцианин – единственото известно вещество, способно да преустановява нарастването на раковите клетки. В никой друг продукт на Земата фикоцианин не е открит;
- Гама- линоленовата киселина се съдържа само в спирулината и майчината кърма. Това вещество е необходимо за профилактика и лечение на артрити;
- Глутаминовата киселина намалява необходимостта от алкохол, стабилизира умствените способности, представлява основна храна за мозъка;
- Тирозина – "елексира на младостта" – забавя стареенето на организма и предотвратява побеляването;
- Цистина осигурява работата на задстомашната жлеза;
- Аргинина повишава сексуалната активност, способства за порчистване на кръвта от токсини и шлаки;
- Инозитолът подържа здравето на черния дроб, способства за извеждане на канцерогените и излишните женски полови хормони, нормализира нивото на холестерола;
- Тиаминът укрепва нервната система, намалява умората, нормализира съня и сърдечния ритъм;
- Фолиевата киселина е необходима за образуването на хемоглобин.
Общо в състава на спирулината влизат около 2000 витамина, минерала и аминокиселини, в това число и незаменимите полиненаситени мастни аминокиселини и ферменти.
В целия свят спирулината е призната за продукт от ново поколение, певъзхождащ всички известнии елементи на храненето и медицинските препарати.

Установено е, че спирулината осигурява на клетките устойчивост към радиоактивно излъчване, извежда тежките метали и токсини от организма, нормализира обмяната на веществата, компенсира витаминната и минерална недостатъчност, възпрепятства натрупването на излишни килограми.

Спирулината помага при лечението на сърдечно- съдови заболявания (намалява високото кръвно налягане, подобрява визкозитета на кръвта, нормализира холестерола), при лечение на язвени болести (има противовъзпалително действие), при лечение на остри инфекциозни заболявания на органите на дишане (има противомикробно действие), използва се при профилактика на онкологични заболявания.

Интезнивните научни разработки водат до изкуствено извличане на полезните вещества от спирулината. Най- голям интерес за практическата медицина представлява хлорофила.