**Informacja prasowa**

**Chorzów, 15.10.2024 r.**

**Dziurawiec, pokrzywa i skrzyp polny**

***Popularne zioła wsparciem dla kobiecej urody***

**Zioła od wieków stanowią naturalne wsparcie dla zdrowia i urody, a ich działanie jest szczególnie cenione w fitoterapii kobiecej. Rosemary Gladstar, znana zielarka, trafnie zauważyła, że „zioła mają delikatną moc, idealnie dostosowaną do leczenia kobiet”. Ziołolecznictwo, bazujące na głębokiej tradycji, staje się współcześnie jednym z filarów zrównoważonego stylu życia, oferując skuteczne wsparcie dla zdrowia fizycznego, psychicznego oraz urody. Wśród najpopularniejszych ziół wspierających kobiecą urodę na szczególną uwagę zasługują dziurawiec, pokrzywa oraz skrzyp polny.**

Dziurawiec, znany również jako *Hypericum perforatum*, to roślina o wszechstronnych właściwościach. Choć najbardziej kojarzona jest z leczeniem łagodnych stanów depresyjnych, jej zastosowanie wykracza poza wsparcie psychiczne. Dziurawiec wykazuje działanie przeciwzapalne i antybakteryjne, co czyni go doskonałym składnikiem preparatów pielęgnacyjnych. Stosowany w formie naparu, może przynieść ulgę nie tylko w problemach z nastrojem, ale także wspomagać trawienie oraz łagodzić bóle menstruacyjne. Zawarte w nim związki, takie jak hiperycyna i hyperforyna, regulują poziom neurotransmiterów, wpływając na poprawę samopoczucia. To naturalny środek, który w łagodny, ale skuteczny sposób wspiera kobiety w codziennych zmaganiach z lękiem i stresem.

Przy stosowaniu dziurawca należy jednak zachować ostrożność. Roślina ta zwiększa wrażliwość skóry na promieniowanie UV, co może prowadzić do fotouczuleń. Dodatkowo, ze względu na możliwe interakcje z niektórymi lekami, zaleca się konsultację z lekarzem przed jej zastosowaniem. Pomimo tych ograniczeń, dziurawiec pozostaje jednym z najczęściej wybieranych ziół w fitoterapii, łącząc korzyści zdrowotne z działaniem pielęgnacyjnym.

**Źródło witamin i minerałów**

Pokrzywa (*Urtica dioica* L.) to kolejne niezwykle cenne zioło dla kobiet i choć wielu z nas kojarzy ją głównie jako uciążliwą roślinę, to jej właściwości zarówno zdrowotne, jak i kosmetyczne są niezaprzeczalne. Pokrzywa jest bogatym źródłem witamin i minerałów, zwłaszcza żelaza, dzięki czemu wspiera walkę z anemią. Regularne spożywanie naparu z pokrzywy może poprawić kondycję krwi oraz wspomóc odporność organizmu. Ponadto, działa moczopędnie, co pomaga w oczyszczaniu organizmu z toksyn, jednocześnie wspierając funkcjonowanie układu moczowego.

Pokrzywa ma również ogromne znaczenie dla urody. To naturalne wsparcie w walce z łamliwością włosów, ich nadmiernym wypadaniem oraz problemami skórnymi. Pokrzywa łagodzi również objawy alergii, co może być pomocne w przypadku kataru siennego i innych dolegliwości alergicznych. Pomimo wielu korzyści, pokrzywa nie jest odpowiednia dla każdego. Osoby cierpiące na cukrzycę czy schorzenia nerek powinny unikać jej spożywania, ze względu na potencjalne obciążenie układu moczowego oraz wpływ na poziom cukru we krwi. Podobnie, nadmierne spożycie pokrzywy może prowadzić do wypłukiwania soli mineralnych z organizmu, dlatego zaleca się jej umiarkowane stosowanie.

**Skarb dla kobiecej urody**

Ostatnim, choć równie ważnym ziołem, jest skrzyp polny (*Equisetum arvense* L.). Ta niepozorna roślina jest prawdziwym skarbem dla kobiecej urody. Skrzyp jest bogaty w krzemionkę, która wzmacnia tkankę łączną, co przyczynia się do poprawy elastyczności skóry, a także wzmacnia włosy i paznokcie. Regularne stosowanie naparów ze skrzypu polnego przynosi widoczne efekty w postaci lśniących włosów i mocnych, odpornych na złamania paznokci. Skrzyp jest także doskonałym wsparciem dla zdrowia kości i stawów, pomagając w profilaktyce osteoporozy. Podobnie jak w przypadku innych ziół, także i skrzyp wymaga ostrożności w stosowaniu. Jego silne działanie moczopędne może obciążać nerki, dlatego osoby z problemami nerkowymi powinny unikać skrzypu lub skonsultować jego stosowanie z lekarzem. Kobiety w ciąży i karmiące piersią również powinny unikać tego zioła, ze względu na brak badań potwierdzających jego bezpieczeństwo w tych okresach.

*Dobrze dobrane zioła mogą oferować bogactwo korzyści nie tylko dla zdrowia, ale i urody – od wsparcia psychicznego, przez lepsze zdrowie i odporność, aż po piękniejszą skórę, mocniejsze włosy i paznokcie. Jednak doskonale zdajemy sobie sprawę, że nie każda z nas ma możliwości oraz chęć do codziennego przygotowania ziołowych naparów. Czasem wystarczy sięgnąć po odpowiednią suplementację, aby w pełni odczuć dobroczynną moc działania naturalnych składników oraz dostrzec wymierne korzyści dla naszego wyglądu. W tej roli sprawdzi się wegański suplement diety PostVital beauty, którego kompozycja jest oparta na wyjątkowych właściwościach biomasy postbiotycznej drożdży Yarrowia lipolytica, wzbogaconej o chrom, selen, biotynę oraz starannie dobrane wyciągi roślinne. Preparat został stworzony z myślą o wsparciu naturalnej odporności organizmu i ochronie przed niekorzystnym wpływem stresu oksydacyjnego, a także zachowaniu atrakcyjnego i pełnego blasku wyglądu naszych włosów, skóry i paznokci* – mówi dr n. biol. **Magdalena Skórka, starsza specjalistka ds. badań i rozwoju w onesano, producencie naturalnych suplementów diety.**

Dziurawiec, pokrzywa i skrzyp polny to trzy zioła, które od wieków stanowią nieocenione wsparcie dla zdrowia i urody kobiet. Ich regularne stosowanie, zarówno w formie naparów, jak i w suplementach diety, może przynieść widoczne efekty, poprawiając kondycję skóry, włosów, paznokci, a także wspierając zdrowie psychiczne i fizyczne. Jednak jak w przypadku każdego naturalnego remedium, kluczowe jest zachowanie umiaru oraz konsultacja z lekarzem, zwłaszcza w przypadku występowania chorób przewlekłych lub stosowania leków. Zioła te, choć delikatne w swoim działaniu, mają ogromną moc, która odpowiednio wykorzystana, może stać się naturalnym sprzymierzeńcem każdej kobiety w trosce o zdrowie i piękno.

**\*\*\***

**Onesano** jest firmą biotechnologiczną, zaawansowanym i innowacyjnym producentem **naturalnych suplementów diety.** Sercem onesano są zakłady produkcyjne zlokalizowane w Czechowicach-Dziedzicach,posiadające własne laboratorium oraz wykwalifikowaną kadrę specjalistów. To dzięki nim onesano może szczycić się autorskimi recepturami, opatentowanymi składami i innowacyjnymi rozwiązaniami technologicznymi. Produkcja jest realizowana w oparciu o najwyższe standardy, z poszanowaniem środowiska naturalnego. Bazę linii produkcyjnych stanowi EstroVita – w 100% roślinny suplement diety zawierający kwasy omega 3,6,9, pozyskany z mieszaniny co najmniej czterech olejów, wzbogacony o naturalne witaminy oraz PostVital, suplementy diety zawierające unikalny postbiotyk **drożdży** *Yarrowia lipolytica* wpisany na listę Novel Food. Onesano jest firmą z polskim kapitałem, prowadzącą produkcję w naszym kraju i w pełni kontrolującą cały proces produkcyjny. Głównym obszarem działalności jest produkcja naturalnych suplementów diety w postaci bioestrów i unikalnego postbiotyku oraz funkcjonalnych dodatków do żywności zorientowanych na rynek spożywczy. Firma produkuje również preparaty dla zwierząt towarzyszących oraz posiada dedykowaną ofertę produktową dla rolnictwa. Siedziba przedsiębiorstwa mieści się w **Chorzowie.**

**Więcej informacji:**

[**www.onesano.pl**](http://www.onesano.pl)

**Kontakt dla mediów:**

Bartosz Sosnówka

E: bartosz.sosnowka@dwapiar.pl

M: 517 476 361