



Jod - recept za dugovečnost

Redakcija TV Bečej | 30. april. 2021. | 7:53 | Zdravstvo

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zlezda a upravo je JOD njeno gorivo.

Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze.

Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.

Fotografija shutterstock





Datum: 30.04.2021

Napomena:

Medij: tvbackavrbas.rs

Link: <http://tvbackavrbas.rs/index.php?c=vest&vestid=2582&slider=off&lg=sr>

Autori: TV Bačka Vrbas

Teme: Jod

Naslov: JOD - RECEPT ZA DUGOVEČNOST



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology ...
Zdravstvo Redakcija TV Bačka | 30. april 2021. | 10:02 | Zdravstvo Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





Datum: 30.04.2021

Medij: tvsubotica.com

Link: <http://tvsubotica.com/index.php?c=vest&vestid=10920&slider=off&lg=sr>

Autori: TV Subotica

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Jod - recept za dugovečnost



RADIO TELEVIZIJA SUBOTICA

Zdravstvo Redakcija TV Subotica | 30. april 2021. | 09:51 | Zdravstvo Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg. Fotografija shutterstock





Datum: 30.04.2021
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1323
Tiraž: 56034



Naslov: MINAQUA

Strana: 1,2





Datum: 30.04.2021
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 1323
Tiraž: 56034



Naslov: MINAQUA

Strana: 1,2

Srećan Uskrs

ŽELI VAM

MINAQUA





Jod – recept za dugovečnost

Četvrtak, 29. april 2021, 11:26h izvor:Novosadska TV

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi.

Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta žlezda a upravo je JOD njeno gorivo.

Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze.

Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





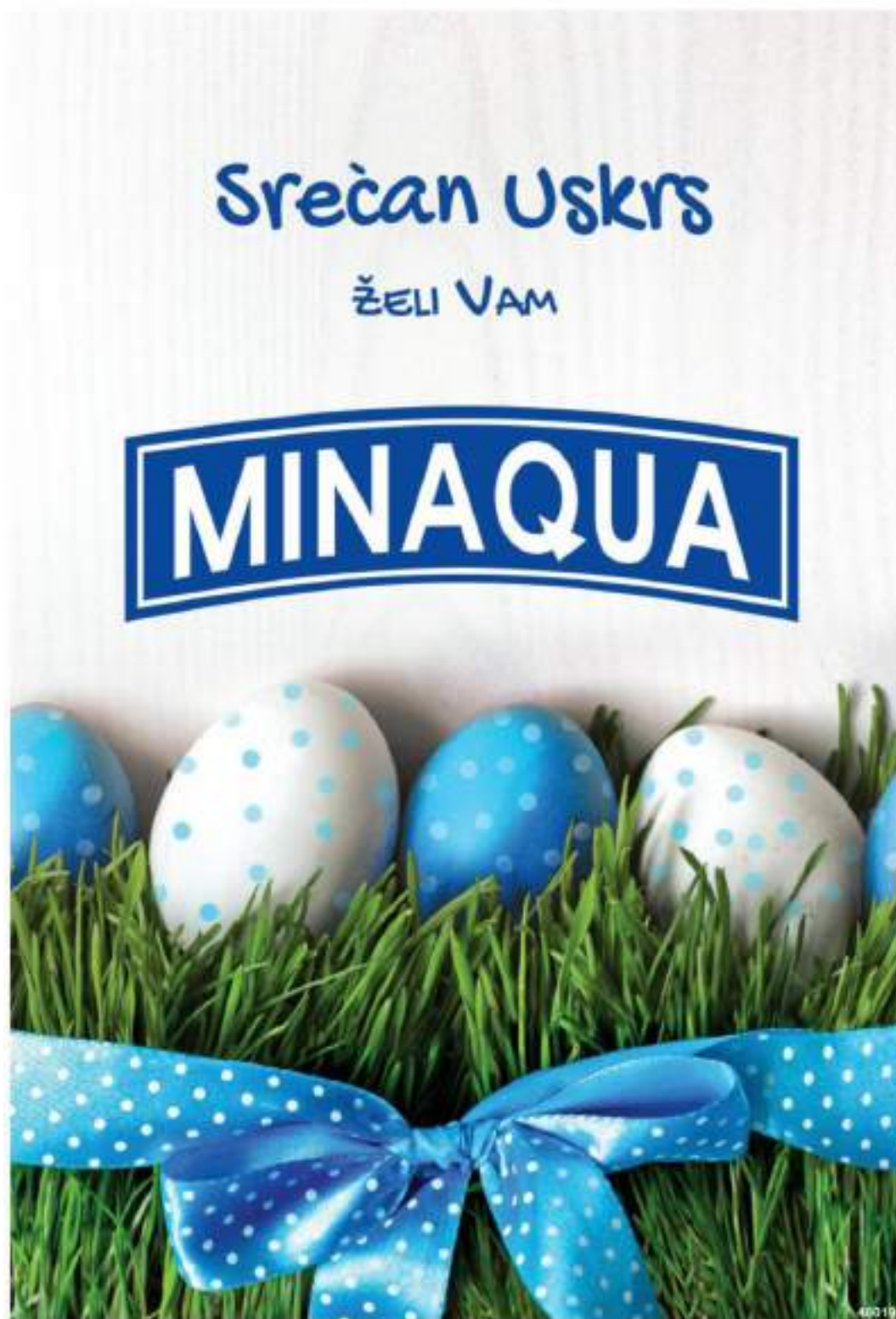
Naslov: Minaqua

Datum: 30.04.2021
Medij: Dnevnik
Rubrika: Sudska hronika
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 291
Tiraž: 10000



Strana: 8





Datum: 29.04.2021
Medij: Novosadska TV
Emisija: Novosadsko jutro
Autori: Redakcija
Teme: Minaqua

	Početak:	Kraj:	Trajanje:
Emisija:	29.04.2021 06:30:00	29.04.2021 10:00:00	03:30:00
Prilog:	29.04.2021 09:38:00	29.04.2021 09:38:23	00:00:13

Naslov: Minaqua

Spiker:

Za naše osveženje kao i svakog jutra brine se novosadska kompanija Minaqua...





Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg. (Zakupljen prostor)





Datum: 28.04.2021

Napomena:

Medij: espresso.co.rs

Link: <https://www.espresso.co.rs/lifestyle/zdravlje/781627/da-li-ste-znali-koliko-je-jod-zdrav-i-da-je-magican-rec...>

Autori: @espresors

Teme: Jod

Naslov: DA LI STE ZNALI KOLIKO JE JOD ZDRAV I DA JE MAGIČAN RECEPT ZA DUGOVEČNOST? U kojoj HRANI ga sve možemo NAĆI?



Na sajtu "The National Center for Biotechnology Information" objavljeni su rezultati studije Randers-Skagen koje dokazuju da ishrana bogata jodom direktno utiče na dugovečnost kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek njegovih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je jod esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti, zato mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma, a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zlezda, a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste da zaboravljate, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Zato ga povećajte, a imajte na umu da Japanci dnevno unose 1-3 mg. Bonus video: (Espresso/DDL)





Datum: 28.04.2021

Napomena:

Medij: pink.rs

Link: <https://pink.rs/lifestyle/296507/ubija-viruse-i-bakterije-jod-je-recept-za-dugovecnost>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Naslov: UBIJA VIRUSE I BAKTERIJE! JOD je recept za dugovečnost



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi.

Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je od esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta žlezda a upravo je jod njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





Datum: 28.04.2021

Medij: 24sedam.rs

Link: <https://24sedam.rs/stil-zivota/ishrana-bogata-jodom-direktno-povezana-sa-dugovecnoscu-kod-starijih-ljudi/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi.

Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma).

Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek njegovih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je jod esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti, zato mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma, a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma.

Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza, a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija.

Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste da zaboravljate, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca.

Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze.

Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Zato ga povećajte, a imajte na umu da Japanci dnevno unose 1-3 mg.

Instalirajte našu IOS ili Android aplikaciju - 24sedam.rs





Datum: 28.04.2021

Medij: alo.rs

Link: <https://www.alo.rs/zenske-price/nazdravlje/smanjuje-umor-i-poboljsava-koncentraciju-stiti-srce-jod-mineral-...>

Autori: Alo!

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Smanjuje umor i poboljšava koncentraciju, štiti srce: JOD, mineral koji produžava život!



Naučna istraživanja pokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je od esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta žlezda a upravo je jod njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg. Slične tekstove nađite OVDE!





Datum: 27.04.2021

Medij: objektiv.rs

Link: <https://objektiv.rs/vest/616962/smanjuje-umor-i-poboljsava-koncentraciju-jod-recept-za-dugovecnost/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Smanjuje umor i poboljšava koncentraciju: JOD - recept za dugovečnost



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Instalirajte

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je od esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta žlezda a upravo je jod njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg. Izvor: Objektiv.rs





Datum: 26.04.2021

Napomena:

Medij: zena.blic.rs

Link: <https://zena.blic.rs/zdravlje/jod-pomaze-kod-upale-pluca/bfb3rbt>

Autori: promo

Teme: Jod

Naslov: Jod pomaže kod upale pluća



Upala pluća je jedna od najtežih posledica korona virusa.





Datum: 26.04.2021

Medij: srbijadanas.com

Link: <https://www.srbijadanas.com/zena/zdravlje/jod-ne-stedite-na-njemu-ishrana-bogata-ovim-mineralom-direktno-je...>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

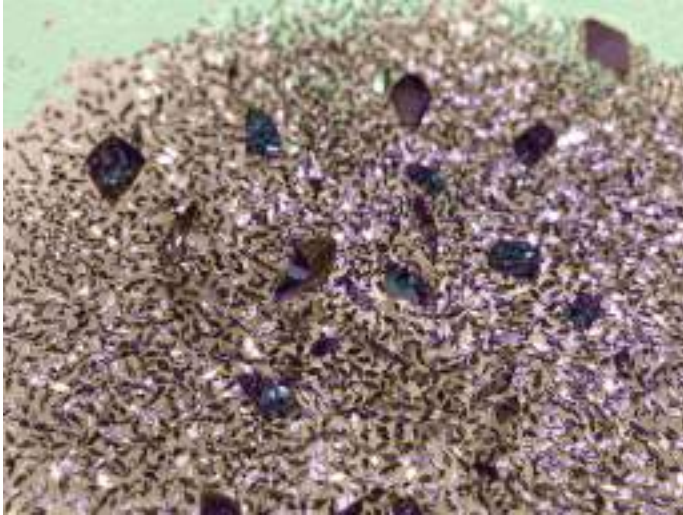
Naslov: JOD, NE ŠTEDITE NA NJEMU! Ishrana bogata ovim mineralom direktno je povezana sa dugovečnošću!



Dokazano je da su ljudi, u čijoj ishrani je u dovoljnoj meri zastupljen Jod, zdraviji i imaju duži životni vek!

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna stitasta zlezda a upravo je JOD njeno gorivo.





Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno

Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek njegovih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je jod esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je jod njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste da zaboravljate, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





JOD – recept za dugovečnost

Rezultati studije Randers–Skagen objavljene na sajtu „The National Center for Biotechnology Information“ dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Duži životni vek stanovnika Skagena upućuje na život prepun joda. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je jod esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaje u imunološkoj borbi organizma, a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta žlezda, a upravo je jod njeno gorivo.

Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste da zaboravljate, depresivni ste i anksiozni, srce vam sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1–3 mg.





Datum: 23.04.2021
Medij: VIP Svet
Rubrika: Bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 1280
Tiraž: 56034



Naslov: JOD RECEPT ZA DUGOVEČNOST

Strana: 1,2

SVE O SAMOUBISTVU ZVEZDE GRANDA

VIP Broj 373 • Izlazi petkom • 23. 4. 2021.
CENA: 200 DINA • VPC: 1,25 • MNO: 2,50 • MNO: 5,00 • MNO: 10,00 • MNO: 20,00 • MNO: 40,00 • MNO: 80,00 • MNO: 160,00 • MNO: 320,00 • MNO: 640,00 • MNO: 1280,00

Svet

**JANJUŠEVA MAJKA
SVE ISPRICALA:
“IDEM NA
OSTROG
DA SPASIM
SINA**

**“ONA
NAM NEĆE
PREĆI PRAG,
A NI NJENO
DETE”**

**MAJA JE
VRACARI NOSILA
NJEVOU KOSU“**

**DARKO SE ZAMERIO
VELJI NEVOLJI
MARINA
POBEGLA
SAKRILA
I SINA!
MAJKA PLAČE:
“ISKASAPIĆE NAS”**

**MARKO
DIGAO
KREDIT
EVO GDE
SE SELE I
KAKAV
JE NOVI
DOM!**

**ŠOK
TARA
RAZBILA
GLAVU
PEVACU
UNIŠTILA
MU I STAN
ON SVE PRIJAVIO POLICIJI!**

**OVO
KRIJE OD
SVIH
SAŠA
PLAĆA
PLASTIČNU
OPERACIJU
GRANDOVOJ
TAKMIČARKI!**

**SAŠA
VIDIĆ:
“SEKA
NE MOŽE
DA OKAJE
GREHE
IMALA JE ABORTUSA
KAO MILJANA KULIĆ”**





JOD RECEPT ZA DUGOVEČNOST

Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi.



Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna stitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo.

Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, **depresivni ste i anksiozni**, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze.

Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





Datum: 22.04.2021

Medij: republika.rs

Link: <https://www.republika.rs/lifestyle/zena/274478/jod-recept-dugovecnost>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: JOD - RECEPT ZA DUGOVEČNOST



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost.

Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





Datum: 22.04.2021

Medij: story.rs

Link: <https://www.story.rs/lifestyle/wellbeing/203596/jod-recept-za-dugovecnost>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Jod - Recept za dugovečnost



Lifestyle Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi. Ispitanici su praćeni 20 godina. Photo by Pavel Neznanov on Unsplash Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





Datum: 22.04.2021

Napomena:

Medij: informer.rs

Link: <https://informer.rs/zena/ljubav-i-zdravlje/602675/jod-recept-dugovecnost>

Autori: Promo

Teme: Jod

Naslov: JOD - RECEPT ZA DUGOVEČNOST



Rezultati studije Randers-Skagen objavljene na sajtu The National Center for Biotechnology Information, dokazuju da je ishrana bogata jodom direktno povezana sa dugovečnošću kod starijih ljudi

Ispitanici su praćeni 20 godina. Sadržaj joda u vodi u Skagenu je 70 puta veći nego u Randersu (139 mikrograma naspram 2 mikrograma). Smrtnost je praćena do 2017. godine. Život u Skagenu prepunom joda upućuje na duži životni vek svojih stanovnika. Život u sredini bogatoj jodom može biti ključ za dugovečnost. Odavno je poznato da jod ubija viruse i bakterije. Ono što mnogi ne znaju jeste da je JOD esencijalni mineral koji naše telo ne može proizvesti. Jod mora biti obavezan u svakodnevnoj ishrani. Najviše ga ima u algama, morskoj ribi i kuhinjskoj soli. On smanjuje oksidativni stres (slobodne radikale) koji nastaju u imunološkoj borbi organizma a imunološki sistem zavisi od pravilnog metabolizma. Za metabolizam je odgovorna štitasta zleza a upravo je JOD njeno gorivo. Posledice nedostatka joda mogu biti umor, depresija, slaba koncentracija. Ovo su pokazatelji da imate problem s nedostatkom joda: osećate se umorno, počeli ste zaboravljati, depresivni ste i anksiozni, srce sporije kuca. Problemi sa štitnjačom mogu imitirati brojne psihijatrijske poremećaje koji se kreću od depresije, anksioznosti, pa čak i psihoze. Jedina efikasna prevencija je dovoljan unos joda. Povećajte unos joda. Japanci dnevno unose 1-3 mg.





ВАЖНО СВАКОДНЕВНО КОНЗУМИРАЊЕ ДРАГОЦЕНОГ МИНЕРАЛА

Јод користан и код упале плућа

Упала плућа је једна од најтежих последица корона вируса. Може бити инфицирано једно или оба плућна крила, што отежава правилно функционисање плућа. Све ово неизбежно доводи до тога да крв и ћелије у целом телу буду лишене кисеоника.

Последице упале плућа могу да буду безопасне, али и тешке, па чак и смртоносне. Болест креће симптомима карактеристичним за прехладу и грип, као што су кашаљ, осећај исцрпљености, касније висока температура. Симптоми су углавном много тежи код старијих особа или особа са већ ослабљеним имунолошким системом.

Упала плућа углавном је узрокована вирусном или бактеријском инфекцијом.

Јод може да буде од помоћи и у овим ситуацијама. Открио га је 1811. године француски научник Бернард Куртов. Одавно је познато да је јод неопходан за правилно функционисање нашег организма, али оно што не знају сви, јесте да је јод минерал који може



да помогне и у борби против бактерија, вируса и гљивица, узрочника упале плућа.

Храна као што су морски алге и морски плодови, ракови, поврће гајено на тлу богатом јодом, одличан су извор јода.

Професор Т. Ф. Алан, тврдио је да би лечење јодом код оболелих од упале плућа „зауставило процес хепатизације (претварање нормалног плућног ткива у запаљенски инфилтрат у пнеумонији) у року од двадесет и четири сата“.

Имати упалу плућа може да буде исцрпљујуће, а у најтежем случају потенцијално опасно по живот. Предузимање корака за бригу о нашем телу и имунолошком систему како бисмо имали шансу у борби против инфекција, треба да је приоритет у овом моменту.

Најбоља одбрана је добар напад, а један од начина да се победи инфекција и ојача имунолошки систем јесте да се свакодневно конзумира довољно овог драгоценог минерала. Време је да се јоду посвети пажња коју заслужује.

43975





Datum: 16.04.2021

Napomena:

Medij: savremenisport.com

Link: <http://savremenisport.com/sportske-vesti/7873/najbolji-juniori-za-odlicja-na-adi-ciganliji>

Autori: Redakcija

Teme: Minaqua

Naslov: Najbolji juniori za odličja na Adi Ciganliji - Sportske vesti



Uz punu primenu mera i preporuka Kriznog štaba za sprečavanje širenja zarazne bolesti Covid 19 u subotu, 17. aprila 2021, u Nacionalnom badminton centru na Adi Ciganliji biće održan Juniorski kup - Beograd 2021...

Uz punu primenu mera i preporuka Kriznog štaba za sprečavanje širenja zarazne bolesti Covid 19 u subotu, 17. aprila 2021, u Nacionalnom badminton centru na Adi Ciganliji biće održan Juniorski kup - Beograd 2021, koji će okupiti preko 70 takmičara iz sedam klubova. Takmičarski program počinje u 9,30 č, a na "meniju" će se naći pet takmičarskih kategorija U9, U11, U13, U15 i U17. Igrači uzrasta do 15 godina boriće se za odličja u svih pet konkurencija, dok će se u ostalim kategorijama badmintonci i badmintonke ogledati samo u muškom i ženskom singlu. Juniorski kup - Beograd 2021 organizuje Badminton klub Beograd, pod pokroviteljstvom Ministarstva omladine i sporta Republike Srbije, Sekretarijata za sport i omladinu grada Beograda, Badminton saveza Srbije i Badminton savez Beograda, a uz pomoć prijatelja BASS, kompanija "Tin šped", "Minaqua", "Ledeni Kvas", "Integraltechnic", "Siboasi" i "Koka Plus". Datum: 16.04.2021. Autor: Badminton savez Srbije PROČITAJTE JOŠ... LISTA KOMENTARA Trenutno nema komentara u sistemu OSTAVITE VAŠ KOMENTAR





Datum: 16.04.2021
Medij: VIP Svet
Rubrika: Naslovna
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 1297
Tiraž: 56034



Naslov: JOD MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA

Strana: 1,2

VIP Broj 372 • Izlazi petkom • 16. 4. 2021.
Cena: 1200 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din • 1000 din

Svet

TARA KRIJE OD ŠA
NE MOŽE
DA IMA
DECU
ZBOG OVE BOLESTI

00372
9 772334 992009

MAJA
SEKLA
VEŃE
JANJUŠ
PRIVEDEN
U POLICIJU
OKRIVILA GA ZA SVE

SAŠA VIDIĆ:
ANASTASIJA
SE NEĆE
UDATI ZA
ĐORĐA
OTAC MU
TO NE DA
AKO DRAGANA MIRKOVIĆ
PROGOVORI, CEA ĆE
SE ISELITI IZ SRBIJE!

LUNA NAPALA ANABELU
"PRESTANI
DA SE
MEŠAŠ
TO JE
MOJE
DETE"

DUSKO
BESNI NA
JK ZBOG
ĆERKE

ZBOG BĖLIVUKA
SASLUŠAN
U POLICIJI
MAJKA I MARINA:
"VERUJEMO DA
JE DARKO NEVIN"

OVO JE
KRILA
ZBOG OCA
EVQ STA
PISE U
IZVEŠTAJU





JOD MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA



Upala pluća je infekcija jednog ili oba plućna krila. Kesasti mehurići tj. alveole, koje inače apsorbiraju kiseonik, postaju upaljene, pune se gnojem, očvrstnu, što otežava pravilno funkcionisanje pluća. Sve ovo neizbežno dovodi do toga da krv i ćelije u celom telu budu lišene kiseonika.

Simptomi upale pluća se razlikuju od relativno bezopasnih do teških pa čak i smrtonosnih. Upala pluća započinje uz simptome karakteristične za prehladu i grip: kašalj, osećaj iscrpljenosti, a kasnije i visoka temperatura. Simptomi su uglavnom mnogo teži kod starijih osoba ili osoba sa već oslabljenim imunološkim sistemom.

Upala pluća uglavnom je uzrokovana infekcijom koju su izazvale **bakterije, virusi ili gljivice**.

Ovde na scenu stupa JOD. 1811. godine otkrio ga je francuski naučnik Barnard Courtois. Jod je neophodan hranjivi sastojak koji se ne može stvoriti u telu. Hrana kao što su morski alge i morski plodovi, rakovi, povrće gajeno na tlu bogato jodom, odličan su izvor joda.

Odavno je poznato da je jod neophodan za pravilno funkcionisanje našeg organizma ali ono što ne znaju svi, jeste da je jod je mineral koji ubija bakterije, viruse i gljivice, glavne uzročnike upale pluća.

Još davno je prof. T. F. Allen, tvrdio da bi lečenje jodom kod obolelih od upale pluća „zaustavilo proces hepatizacije (pretvaranje normalnog plućnog tkiva u zapaljenski infiltrat u pneumoniji) u roku od dvadeset i četiri sata“.

Imati upalu pluća u najboljem slučaju može biti iscrpljujuće a u najtežem slučaju može biti vrlo bolno i potencijalno opasno po život. Preduzimanje koraka za brigu o našem telu i svom imunološkom sistemu kako bismo imali šansu u borbi protiv infekcija, kako bismo smanjili šanse za upalom pluća, kao i da pomognemo u lečenju simptoma upale pluća.

Najbolja odbrana je dobar napad. **Najbolji način** da pobedite infekcije i ojačate imunološki sistem jeste da svakodnevno konzumirate dovoljno ovog dragocenog minerala. Važna stvar je uključivanje raznovrsne hrane bogate jodom.

Vreme je da se jodu posveti pažnja koju zaslužuje.





Datum: 12.04.2021
Medij: Natural Health
Rubrika: bez naslova
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 133
Tiraž: 0



Naslov: JOD - MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA!

Strana: 93



JOD – MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA!

Odavno je poznato da je jod neophodan za pravilno funkcionisanje našeg organizma, ali ono što ne znaju svi jeste da je jod mineral koji ubija bakterije, viruse i gljivice, glavne uzročnike upale pluća. Još davno je prof. T. F. Allen tvrdio da bi lečenje jodom kod obolelih od upale pluća „zaustavilo proces hepatizacije (pretvaranje normalnog plućnog tkiva u zapaljenjski infiltrat u pneumoniji) u roku od dvadeset i četiri sata“. Najbolja odbrana je dobar napad. Najbolji način da pobedite infekcije i ojačate imunološki sistem jeste da svakodnevno konzumirate JOD – dragoceni mineral koji se ne može stvoriti u telu. Hrana kao što su morske alge i morski plodovi, rakovi, povrće gajeno na tlu bogato jodom odličan je izvor joda. Ukratko: veoma je važno da uključite raznovisnu hranu bogatu jodom. Vreme je da se jodu posveti pažnja koju on zaslužuje!





Datum: 12.04.2021
Medij: Natural Health
Rubrika: bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 901
Tiraž: 0



Naslov: MINAQUA

Strana: 1,51

LEPOTA & ZDRAVLJE predstavlja:

Top UK holistički wellness magazin

NATURAL HEALTH

TRETMANI | LEPOTA | NUTRICIJA | PSIHA

Jedna planeta, JEDNO ZDRAVLJE
Donesite eko-odluke ključne za vas, ali i svet u kojem živimo

Baya Banque Namkosse
Kako iстраjati na putu SVESTI, SNAGE, BALANS

Vaš novi SELFCARE RITUAL putem joga
578,00

DETOKS TELA I EMOCIJA
Naturopatski protokoli za čišćenje organizma – pravo je vreme da ih primenite!

TOP WELLNESS SAVETI
AJURVEDOM DO ZDRAVLJA
Otkrijte male korake koji nas vode ka velikim promenama

7 STEPENICA KA LJUBAVI
Ostvarite skladnu i dugotrajnu partnersku vezu

BROJ 2 • APRIL/JUN. 2021.
CENA: 200 DIN. • BIR 2 KM • CG 1 € • MK 50 DIN.

Plus! PROBAJTE SAMONIKLO BILJE • 6 BEAUTY MITOVA - RASKRINKANO!
• DEŠIFRUJTE SNOVE • PROBUDITE ŽENSKU ENERGIJU • BAGUA RESET ZA VAŠ DOM





Datum: 12.04.2021
Medij: Natural Health
Rubrika: bez naslova
Autori: naručena objava
Teme: Minaqua

Napomena:
Površina: 901
Tiraž: 0



Naslov: MINAQUA

Strana: 1,51

MINAQUA

PRIRODNI IZVOR JODA

- ✓ ZA IMUNI SISTEM
- ✓ ZA MENTALNO ZDRAVLJE
- ✓ ZA ŠTITNU ŽLEZDU

5

100 GODINA TRADICIJE







JOD MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA



Upala pluća je infekcija jednog ili oba plućna krila. Kesasti mehurići tj alveole, koje inače apsorbiraju kiseonik, postaju upaljene, pune se gnojem, očvrstnu, što otežava pravilno funkcionisanje pluća. Sve ovo neizbežno dovodi do toga da krv i ćelije u celom telu budu lišene kiseonika.

Simptomi upale pluća se razlikuju od relativno bezopasnih do teških pa čak i smrtonosnih. Upala pluća započinje uz simptome karakteristične za prehladu i grip: kašalj, osećaj iscrpljenosti, a kasnije i visoka temperatura. Simptomi su uglavnom mnogo teži kod starijih osoba ili osoba sa već oslabljenim imunološki sistem.

Upala pluća uglavnom je uzrokovana infekcijom koju su izazvale **bakterije, virusi ili gljivice**.

Ovde na scenu stupa JOD. 1811. godine otkrio ga je francuski naučnik Barnard Courtois. Jod je neophodan hranjivi sastojak koji se ne može stvoriti u telu. Hrana kao što su morski alge i morski plodovi, rakovi, povrće gajeno na tlu bogato jodom, odličan su izvor joda.

Odavno je poznato da je jod neophodan za pravilno funkcionisanje našeg organizma ali ono što ne znaju svi, jeste da je jod je mineral koji ubija bakterije, viruse i gljivice, glavne uzročnike upale pluća.

Još davno je prof. T. F. Allen, tvrdio da bi lečenje jodom kod obolelih od upale pluća „zaustavilo proces hepatizacije (pretvaranje normalnog plućnog tkiva u zapaljenški infiltrat u pneumoniji) u roku od dvadeset i četiri sata“.

Imati upalu pluća u najboljem slučaju može biti iscrpljujuće a u najtežem slučaju može biti vrlo bolno i potencijalno opasno po život. Preduzimanje koraka za brigu o našem telu i svom imunološkom sistemu kako bismo imali šansu u borbi protiv infekcija, kako bismo smanjili šanse za upalom pluća, kao i da pomognemo u lečenju simptoma upale pluća.

Najbolja odbrana je dobar napad. **Najbolji način** da pobedite infekcije i ojačate imunološki sistem jeste da svakodnevno konzumirate dovoljno ovog dragocenog minerala. Važna stvar je uključivanje raznovrsne hrane bogate jodom.

Vreme je da se jodu posveti pažnja koju zaslužuje.





Datum: 02.04.2021
Medij: VIP Svet
Rubrika: Naslovna
Autori: Redakcija
Teme: Jod

Napomena:
Površina: 1278
Tiraž: 56034



Naslov: JOD MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA

Strana: 1,2

VIP Broj 330 • Izlazi petkom • 2.4.2021
CENA 1.000,00 DINA • POREZ 1.000,00 DINA • CENA SA POREZOM 2.000,00 DINA
DOSTUPNO U SVIM VEŠTAČNICAMA I POSLOVNICAMA

OTKRIVAMO

TANJA VIŠE NIJE SAMA

ON JE ŠTITI OD DUSANA

SVE SAZNALA

ŠA VARAO IVANU SA PEVAČICOM GRANDA

"DOLAZILA NAM JE U KUĆU I GLUMILA MI PRIJATELJA"

PLUS TARA SA RAZVELA CRNOM MAGIJOM EVO ŠTA JE RADILA

LIDIJA SVE OTKRILA: "BIKOVIĆ JE LOS COVEK, A MIRA KARANOVIĆ NEMORALNA, TREBA DA ČUTI"

PORODICA MU SVE ISPRICALA

KRISTIJAN ZBOG OVOG OSTAVLJA ŽENU

MARIJA UCENILA POPOVIĆA

"OVO SU MOJI USLOVI"

MARININ SIN LAČA: „ISTINA O CECI IZASLA NA VIDELO“ IDEMO NA SUD!





JOD MOĆAN MINERAL PROTIV UPALE PLUĆA



Upala pluća je infekcija jednog ili oba plućna krila. Kesasti mehurići tj alveole, koje inače apsorbiraju kiseonik, postaju upaljene, pune se gnojem, očvrstnu, što otežava pravilno funkcionisanje pluća. Sve ovo neizbežno dovodi do toga da krv i ćelije u celom telu budu lišene kiseonika.

Simptomi upale pluća se razlikuju od relativno bezopasnih do teških pa čak i smrtonosnih. Upala pluća započinje uz simptome karakteristične za prehladu i grip: kašalj, osećaj iscrpljenosti, a kasnije i visoka temperatura. Simptomi su uglavnom mnogo teži kod starijih osoba ili osoba sa već oslabljenim imunološki sistem.

Upala pluća uglavnom je uzrokovana infekcijom koju su izazvale **bakterije, virusi ili gljivice**.

Ovde na scenu stupa JOD. 1811. godine otkrio ga je francuski naučnik Barnard Courtois. Jod je neophodan hranjivi sastojak koji se ne može stvoriti u telu. Hrana kao što su morski alge i morski plodovi, rakovi, povrće gajeno na tlu bogato jodom, odličan su izvor joda.

Odavno je poznato da je jod neophodan za pravilno funkcionisanje našeg organizma ali ono što ne znaju svi, jeste da je jod je mineral koji ubija bakterije, viruse i gljivice, glavne uzročnike upale pluća.

Još davno je prof. T. F. Allen, tvrdio da bi lečenje jodom kod obolelih od upale pluća „zaustavilo proces hepatizacije (pretvaranje normalnog plućnog tkiva u zapaljenski infiltrat u pneumoniji) u roku od dvadeset i četiri sata“.

Imati upalu pluća u najboljem slučaju može biti iscrpljujuće a u najtežem slučaju može biti vrlo bolno i potencijalno opasno po život. Preduzimanje koraka za brigu o našem telu i svom imunološkom sistemu kako bismo imali šansu u borbi protiv infekcija, kako bismo smanjili šanse za upalom pluća, kao i da pomognemo u lečenju simptoma upale pluća.

Najbolja odbrana je dobar napad. **Najbolji način** da pobedite infekcije i ojačate imunološki sistem jeste da svakodnevno konzumirate dovoljno ovog dragocenog minerala. Važna stvar je uključivanje raznovrsne hrane bogate jodom.

Vreme je da se jodu posveti pažnja koju zaslužuje.





Datum: 01.04.2021

Medij: istocno.com

Link: <https://istocno.com/2021/04/01/jod-najbolje-sredstvo-za-imunitet-kod-starijih-3/>

Autori: Redakcija

Teme: Jod

Napomena:

Naslov: Jod - najbolje sredstvo za imunitet kod starijih - Istočno



Pandemija virusa korona nas je sve, više nego ikada, navela na razmišljanje o imunitetu, pogotovo kada je u pitanju populacija iznad 65 godina, kod koje ova bolest može da bude veoma opasna, pa čak i fatalna. Osim izbjegavanjem kontakata i pravilnim održavanjem lične higijene, svako od nas može da značajno umanjí rizik od obolevanja podizanjem [...]

Pandemija virusa korona nas je sve, više nego ikada, navela na razmišljanje o imunitetu, pogotovo kada je u pitanju populacija iznad 65 godina, kod koje ova bolest može da bude veoma opasna, pa čak i fatalna. Osim izbjegavanjem kontakata i pravilnim održavanjem lične higijene, svako od nas može da značajno umanjí rizik od obolevanja podizanjem svog imuniteta, u čemu nam jedan od naboljih saveznika može biti jod. Jod je jedan od najvažnijih minerala u našem organizmu, ali je i veoma zanemaren, s obzirom na to da svega jedna trećina svjetskog stanovništva unosi dovoljno joda. Jedan od najzdravijih i najdugovečnijih naroda je japanski, a na njegovo zdravlje i dugovječnost u velikoj mjeri utiče upravo ovaj element, koji se inače mora unositi ishranom, a stanovnici zemlje izlazećeg sunca to ponajviše čine tako što konzumiraju ribu, morske plodove i alge. Jod, između ostalog, održava pravilnu funkciju štitne žlijezde, omogućavajući nam tako da se nosimo sa stresom, a to je posebno važno u ovim nedeljama izolacije. Kako bismo svi, a posebno starija populacija, izbjegli umor, debljanje, probleme sa pamćenjem, loše raspoloženje, gubitak energije, od velike je važnosti da konzumiramo dovoljne količine joda. Odraslom čovjeku neophodno je od 150 do 200 mikrograma joda, koji, osim kroz morsku hranu, možemo unijeti i kroz mliječne proizvode, jodiranu so, suve šljive, kao i jaja, posebno žumance, zatim kukuruz, banana, grašak kao i mineralnu vodu bogatu jodom. Srećom, sve ove namirnice možemo pronaći u trgovinama i na pijacama, samo je važno da izbjegavamo brzu hranu i šećere, koji slabe imunitet. Uz balansiranu ishranu bogatu jodom i redovnu šetnju, velike su šanse da izbjegnemo da se zarazimo korona virusom, ali i drugim virusima koji su oko nas.

