

## Něco o noni.

Začátkem 90. let jsem se na jedné z prvních výstav zdravého životního stylu, setkal poprvé s propagací noni džusu, koncentrované šťávy z ovoce noni , která měla působit téměř jako všelék. V té době jsem této propagaci nevěnoval patřičnou pozornost, protože se s počínajícím rozvojem trhu dělala reklama na všelicos, co se k nám začalo dovážet, co má zaručeně léčebné účinky na všechno.

Teprve mnohem později jsem se začal prakticky seznamovat s proklamovanými účinky noni džusu.

Divili se nejen naši lékaři ale také i já, že mnohé z toho, co se inzerovalo i zabírá. Osobně jsem se přesvědčil o pozitivních účincích **na anginu pectoris a na střevní výchlípky.**

Dle zkušeností, dnes již letitých, zahraničních lékařů i jiných zdravotních profesionálů, lze tvrdit, že je zejména tahitský džus důležitou součástí naší výživy a významnou možností, jak předcházet závažným onemocněním. Je výborným doplňkem léčby různých nemocí.

Existuje ještě mnoho zdravotníků, zejména u nás, kteří se domnívají, že pokud je léčivý přípravek účinný pro více než jeden zdravotní problém, jedná se o podvod. Je obtížné prokázat, že největší léčivý prospěch přichází při souběžném působení několika léčivých látek v organismu, které v něm pracují společně a na úrovni buněk. Celé lidské tělo se skládá z buněk, z nichž se tvoří tkáně a orgány. **Noni pracuje na buněčné úrovni a může tak ovlivňovat příznivě mnohé zdravotní obtíže.**

Noni je lidový název (v sánkrtu Ochi, protože byla známa i v indické ájurvédě) pro rostlinu *Morinda citrifolia*, která roste volně v přírodě v tropických a subtropických oblastech světa. V mnohých zemích byla vykáčena pro nepříjemný zápach jejích plodů, který obtěžoval zvláště turisty. Moje jedna známá, byla na mezinárodní brigádě právě na odlehlém ostrovu Havaje, kde kromě brigádníků, divokých prasat a majitele, který přijížděl jednou týdně pro zpracované ovoce a dovezl zásoby potravin, zde nikdo nežil. Vyprávěla, že po tom co natrhali toto ovoce, jej museli šlapáním ve vysokých kádích lisovat a nechat kvasit, což byl nesnesitelný zápach.

Noni je známa více než 2 000 let. Byla hlavní živinou Polynézanů v dobách hladomoru a důležitým léčivým prostředkem. Civilizovaná část světa se začala o tuto rostlinu zajímat až v posledních desetiletích. Dnes již existují stovky vědeckých prací a lékařských studií, které potvrzují léčebné účinky noni. Bohužel na evropském trhu dle nařízení EU se nesmí uvádět, jakékoliv tvrzení o léčivosti jak bylin, tak koření, takže zákazník je často zmaten. Na druhé straně by zde měli existovat znalci bylin, nejlépe s lékařskou praxí, na které by bylo možné se obrátit. Takových lékařů není mnoho a bohužel společnost u nás tomu není nakloněna.

Je zajímavé si povšimnout, jak v kterých oblastech světa rostly různé rostliny, byliny, které pomáhaly tamnímu obyvatelstvu přežít, i se léčit. Namátkou v jižní Americe, koka, kůra stromu lapacho a mnohé jiné. V severní Africe např. černucha, olej z černuchy, arganový olej. V africké Etiopii a Sahelu např. moringa . V Rusku v oblasti Altaje např. mumio , též známé i v Indii v oblasti Hymaláje. V Indii kurkuma, v Koreji a Číně např. ženšen. U nás byl považován téměř za všelék česnek. A takových příkladů je mnoho.

Noni obsahuje dle některých pramenů až 200 různých léčivých látek které jsou biologicky aktivní, tzn., že mají význam pro naše zdraví. Mezi ně patří vitamíny ( **A,C,E celá skupina B**

**včetně B12), minerály (vápník, draslík, hořčík, fosfor, sodík, železo, chrom, selen, zinek), vláknina**( zvláště rozpustná pektinová část), několik desítek různých antioxidantů, všechny nezbytné aminokyseliny, nenasycené mastné kyseliny (linolová, palmitová, stearová, olejová), přírodní cukry, některé glykosidy a antrachinony, terpeny, fytosteroly, scopoletin a jiné. Nejdůležitější složkou noni je **proxeronin**,( 40x více než v ananasu) jež je součástí xeroninového systému. Bez něho nedokáže buňky vykonávat řadu funkcí, včetně své obnovy. Jeho nedostatek může vést k celé řadě vleklých nemocí. Správnou tvorbou nebo dodáním této látky do těla pokud je nedostačující, (přirozeně ji má naše tělo uložené v játrech a kůži) **dojde k zlepšení činnosti nemocné tkáně, nebo orgánu, vymizení zánětu nebo bolesti, odstranění vyrážky, otoků atd.**

Zvýšená potřeba této látky nastává při stresu, pobytu v nepříznivém prostředí, při stárnutí, nedobrého životního stylu, při infekci, tvorbě nádorových buněk a při všech dalších stavech doprovázených zvýšeným poškozením buněk.

Šišticové plody rostliny, jsou nejbohatším zdrojem všech těchto součástí a také kořen, kde se nachází **antrichinony**, ( **protizánětlivé účinky, působí proti bakteriím, parazitům a plísním damnacanthal** ( **účinně tlumí aktivitu nádorových buněk**) a **norddamnacanthal**.

Díky tomu, že noni dokáže v organismu vyrovnat tvorby látky oxidu dusnatého, **snižuje krevní tlak a zabraňuje tvorbě krevních sraženin v krevním řečišti, zvyšuje prokrvení důležitých orgánů, snižuje hladinu celkového cholesterolu a LDL v krvi, vyrovnává tvorbu inzulínu**, příznivě **působí na svaly a kosti, posiluje imunitní systém.**

Tělo člověka s **cukrovkou**, není schopno řádné přeměny potravy na energii. A Noni díky působení na **slinivku**, ovlivňuje pozitivně **správnou produkci inzulínu**. Noni má též příznivý vliv na tvorbu a využití látky serotonin v lidské mozku ( **bolesti, spánek, migrény, deprese či úzkosti**)

Pokud se při farmakologické léčbě, používal jako doplněk noni, bylo prokázáno, že kromě zmírnění vedlejších účinků léků, došlo k výraznějšímu zlepšení zdravotního stavu např. u **alergií, autoimunitních onemocnění, vleklých degenerativních nemocí kloubů a kostí a vleklých zánětů.**

Z výše uvedeného vyplývá, že stojí za to, se s noni přátelit. Doporučená kúra je nejlépe nepřerušovaně po dobu 3 měsíců s dávkováním doporučeném na obalu výrobku. Pro aktivní léčbu je třeba zvýšené dávky v průměru 5 polévkových lžic denně rozdělených na dvě dávky a to vždy na lačno a v žádném případě nevynechávat doporučenou naordinovanou léčbu chemickými preparáty, tedy alopatickými léky. A to by se mělo řešit s lékařem takovým, který má též kladný přístup k bylinné léčbě. Zajímavá je též kombinace aloe vera díky jejím celostním účinkům na regeneraci tkání a noni džusu, tyto dvě materie se vzájemně pozitivně doplňují a posilují.