면역체계를 돕는 피스타치오

면역체계

면역체계는 감염에 대한 1차 방어선입니다. 건강한 면역체계는 치유과정을 돕고 회복시간을 단축시킵니다. 피스타치오는 면역체계가 제대로 기능하는데 필요한 필수 영양소를 제공합니다.

견과류 특징

피스타치오와 같은 견과류는 인체에 필수적인 비타민, 미네랄, 항산화제 및 피토케미컬 (식물에서 발견되는 활성 화합물)을 제공하여 면역체계를 지원합니다.

피스타치오의 영양소가 신체의 방어기능을 돕습니다

비타민B (B1, B6, 엽산)
감염 퇴치에 필요합니다.

구리
면역체계를 유지하는 항체 생산을 도와줍니다.

아연, 마그네슘, 셀레늄
바이러스 감염의 위험과 심각성을 낮출 수 있습니다.

단백질
손상된 세포, 박테리아 및 바이러스를 제거하는 역할을 하는 면역 세포를 건강하게 유지하여 면역체계를 강화합니다.

폴리페놀과 카로테노이드 (루테인 및 제아잔틴)
일부 면역세포의 활동성 증가 및 염증을 억제해 신체의 항산화 방어기재에 힘을 실어줍니다.

감마 토코페롤 (항산화제)
빠른 회복 및 기도 염증을 줄이는데 도움을 줄 수 있습니다.

프리바이오틱스: 섬유질 등
인체를 감염으로부터 보호하고 점막 면역체계를 조절하는 위장관에 유익한 프로바이오틱스 식품입니다. 연구에 따르면 피스타치오는 프리바이오틱스 성질을 가지고 있으며 이는 유익한 프로바이오틱 박테리아를 증가시키는데 도움을 줍니다.[1]

[1]https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24642201

AMERICAN PISTACHIO GROWERS

AmericanPistachios.kr

IMMUNITY_KR DEC 2020