

## Φυσικοί σύμμαχοι ενάντια στο οξειδωτικό στρες

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Πρόκειται για μία κατάσταση κατά την οποία το σώμα μας, υπό την επίδραση επιβαρυντικών παραγόντων όπως είναι το άγχος και οι έντονοι ρυθμοί της καθημερινότητας, οι περιβαλλοντικοί ρύποι και η έκθεση στην υπεριώδη ακτινοβολία, υπερπαραγάγει ελεύθερες ρίζες.

Παρότι οι ελεύθερες ρίζες αποτελούν φυσιολογικά προϊόντα του μεταβολισμού, όταν παράγονται σε τόσο υψηλές ποσότητες στρέφονται κατά των ίδιων μας των κυττάρων με αποτέλεσμα να τους προκαλούν φθορές και να επισπεύδουν τη γήρανση του οργανισμού και την εκδήλωση χρόνιων νοσημάτων.

**Ποια είναι η λύση; [\(περισσότερα...\)](#)**