

Τα φύλλα του blueberry έχουν θεραπευτικές ιδιότητες χάρη στη μεγάλη περιεκτικότητα γλυκοζοειδών και ιδιαίτερα νεομυρτυλίνης, που χρησιμοποιείται ως βοηθητικό μέσο για τη θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη. Η ομοιοπαθητική ιατρική συστήνει να πίνεται το τσάι από κλαδιά και φύλλα του φυτού για τις καρδιοπάθειες, και που είναι ιδιαίτερα σημαντικό ως προφύλαξη από ογκολογικές ασθένειες.

Η επόμενη κατηγορία περιεκτικότητας, χάρη στην οποία το φυτό θεωρείται πολύ θρεπτικό είναι τα φυτοοιστρογόνα (φυτικές ορμόνες). Οι μελέτες έδειξαν ότι τα φυτοοιστρογόνα προστατεύουν τον οργανισμό από αρτηριοσκλήρυνση και καρδιακές παθήσεις, μειώνοντας τα επίπεδα της "κακής" χοληστερόλης και αυξάνοντας τα επίπεδα της καλής.

Οι καρποί του περιέχουν, μεταξύ άλλων και οξέα το οξύ elagum και το φολικό οξύ, οι επιδράσεις των οποίων σήμερα αποτελούν αντικείμενο ερευνών.



Πειράματα σε ποντίκια έδειξαν ότι το οξύ elagum επιβραδύνει την ανάπτυξη των όγκων στομάχου, πνευμόνων και οισοφάγου, ενώ το φολικό οξύ προφυλάσσει από τον καρκίνο της μήτρας και επιδρά θετικά στην ανάπτυξη του εμβρύου. Με παρόμοιο τρόπο επιδρά στον ανθρώπινο οργανισμό και η κυτταρική μεμβράνη, ενώ η ημερήσια συνιστώμενη δόση είναι 25 γρ. Ο μηχανισμός δράσης της κυτταρικής μεμβράνης λειτουργεί κατά πάσα πιθανότητα ως εξής: επιταχύνοντας την μεταφορά των τροφών μέσα στο πεπτικό σύστημα η κυτταρική μεμβράνη μειώνει το χρόνο παραμονής τους εκεί. Ένα μέρος των επιστημόνων πιστεύει ότι μερικά εντεροβακτηρίδια έχουν την ικανότητα να μετατρέπουν τα οξέα που χρειάζονται για την απορρόφηση ουσιών και την πέψη σε καρκινώματα. Η κυτταρική μεμβράνη, ερχόμενη σε

επαφή με τα οξέα αυτά, τα διαλύει και τα αποβάλλει από τον οργανισμό.

Δεν έχουν εξηγηθεί προς το παρόν και οι αναγεννητικές επιδράσεις του φυτού στην όραση. Το blueberry αποτελεί πολύ δημοφιλέ θεραπευτικό φαρμακευτικό σκεύασμα στη Ιαπωνία, όπου οι χειριστές υπολογιστών πίνουν το χυμό του για την πρόληψη κούρασης των οφθαλμών. Συμπληρώματα διατροφής από blueberry πωλούνται στα καταστήματα της Ιαπωνίας.



Το blueberry χρησιμοποιείται και ως πρόληψη λοιμώξεων. Ο χυμός του περιέχει συστατικά που εμποδίζουν την προσκόλληση των βακτηριδίων στα τοιχώματα της ουροδόχου κύστης και την ανάπτυξη των λοιμώξεων.

Έχει διαπιστωθεί ότι πρέπει να καταναλώνει κανείς περίπου 100 γρ. των καρπών ημερησίως, για να διαπιστώσει τις ευεργετικές ιδιότητες του στον οργανισμό. Η κατανάλωση του συνιστάται για όλες τις ηλικίες χωρίς εξαιρέσεις και μπορεί να καταναλωθεί σε απεριόριστες ποσότητες.

Αυτό το απίστευτο βατόμουρο, το βατόμουρο της ζωής, επιτέλους ήρθε και στη χώρα μας! Η Ελλάδα με τις καταπληκτικές κλιματολογικές συνθήκες θα πρέπει να προπορευτεί όλης της Ευρώπης στην καλλιέργεια του φυτού, να γίνει νομοθέτης της καλλιέργειας και της συλλογής των Της

καλλιέργειας και της συλλογής των φιλόθερμων ειδών αυτού του φυτού.

Κάθε ελληνική οικογένεια μπορεί να δημιουργήσει στο μπαλκόνι της φύτευση με 10 ή παραπάνω θάμνους και να συλλέγει έως και 100 κιλά του blueberry. Για το χειμώνα τα μούρα καταψύχονται σε θερμοκρασία 15 έως 20°, και οι ιδιότητες διατηρούνται κατά 80%.,

Το φυτό αυτό είναι αληθινό στολίδι για τα μπαλκόνια. Είναι όμορφο κάθε εποχή του χρόνου: την άνοιξη με τα άνθη του, το καλοκαίρι με τους καρπούς του, το φθινόπωρο μεταέντονες κόκκινες αποχρώσεις της φυλλωσιάς και το χειμώνα με την περίεργη σύμπλεξη των κλαδιών.

Τελικά, το θαυματουργό φυτό του 21 "αιώνα το blueberry προχωράει με σίγουρα και μεγάλα βήματα σε όλο τον κόσμο. Στη Γερμανία, Η.Π.Α., Πολωνία, Ιταλία, Αγγλία και άλλες χώρες σε κάθε καλό κατάστημα, που εμπορεύεται οπωροκηπευτικά υπάρχει και το blueberry. Και δεν είναι καθόλου περίεργο, καθώς το blueberry χαρίζει:

- **επιμήκυνση της ζωής (επιβράδυνση της γήρανσης των κυττάρων)**
- **ανανέωση του οργανισμού (απομάκρυνση από τον οργανισμό ασθενών και γηρασμένων κυττάρων)**
- **πρόληψη εμφράγματος μυοκαρδίου και εγκεφαλικού επεισοδίου**
- **πρόληψη ογκολογικών παθήσεων**
- **πρόληψη αρτηριοσκλήρυνσης**
- **πρόληψη αλλεργιών**
- **νεότητα και υγεία**