



Wahadło Ashwaganda

Cena	59,00 zł
Numer katalogowy	AYU-07

Opis produktu

Wahadło Ashwaganda

Ashwagandha (*Withania somnifera*) jest adaptogenem znanym w tradycyjnej medycynie ajurwedyjskiej, który pomaga organizmowi radzić sobie ze stresem i przywraca równowagę hormonalną. Dzięki zawartości witanolidów wykazuje działanie przeciwzapalne i antyoksydacyjne, co może wspierać układ odpornościowy oraz chronić komórki przed stresem oksydacyjnym. Regularne przyjmowanie ashwagandhy może poprawić jakość snu, zwiększyć energię i wytrzymałość fizyczną, a także łagodzić objawy lękowe i depresyjne.