

# Masticha Active

Už Hippocrates opisoval výnimočné účinky Mastichy, ktorý ju prevažne využíval pri liečbe tráviacich ťažkostí či nachladnutí. Vedecké štúdie neskôr potvrdili, že pravá Masticha z Chiosu naozaj priaznivo ovplyvňuje tráviaci trakt, pričom zabíja známu baktériu *Helicobacter pylori*. V neposlednom rade sa liečivé účinky Mastichy preukázali aj v oblasti ústnej dutiny, pričom lieči, zároveň však eliminuje nežiaduce pachy.

## Čo je Masticha Active

Ide o **živicu** zo stromu (*Pistacia lentiscus*). Tie sa pestujú výhradne na ostrove Chios v Grécku. Vďaka klíme, ktorá na tomto ostrove panuje, sa pravá Masticha z Chiosu vyznačuje svojimi špecifickými účinkami.

Harmonizáciou [trávenia](#) a črevnej flóry sa zároveň posilňuje aj samotná [imunita](#) organizmu či **mikrobióm**, ktorého nesúlad môže vyvolať rôzne psychické poruchy či depresie.

### *Psychika a trávenie*

*Menej známym faktom v spoločnosti je ten, že psychické problémy od miernych úzkostí až po suicidálne myšlienky vznikajú z dôvodu nedostatku sérotonínu - hormónu zodpovedného za našu dobrú náladu. Bežne predpisované antidepresíva však tento sérotonín dopĺňajú, ale na veľmi neprirodzenej úrovni, nehovoriac o nežiaducich účinkoch. Málokto však vie, že sérotonín sa v 95 % prípadoch **prirodzene vytvára v tráviacom trakte** a to iba za podmienok, kde je zachovaná symbióza črevného mikrobiómu. Podporou mikrobiómu je možné účinne bojovať proti nežiaducim psychickým reakciám každého jedinca vyvolanými stresom či traumami.*

## Jedinečné zloženie

- 260 mg **pravej živice** z pistácie mastixovej
- 35 mg **Lactobacillus Reuteri**
- 35 mg **Sccharomyces Boulardii**
- 20 mg **sladké drierko** (DGL forma)
- kapsula z **celulózy**

## Užívanie

Keďže ide o prírodný produkt, jeho užívanie je vhodné pre deti **od 3 rokov**. Pre každú vekovú kategóriu je však dávkovanie trochu pozmenené. Z dlhodobého hľadiska sa užíva zhruba 20 minút pred jedlom každý deň, po dobu minimálne jedného mesiaca.

- **3 - 5 rokov** (vrátane tehotných a dojčiacich žien) - dávkovanie upravuje lekár
- **6 - 10 rokov** - 2 x 1
- **11 - 14 rokov** - 3 x 1
- **15 + rokov** - 3 x 2

*Súbežné podávanie liekov proti Helicobacter pylori s Masticha Active sa neodporúča.*

## Cena

Jedno balenie Masticha Active obsahuje **100 kusov kapsúl**, čo pri bežnom dávkovaní vystačí na 16 dní. Jeho cena je **38,90 €**, čo sa pre niekoho môže zdať na pol mesiaca dosť, no za tie výsledky to naozaj stojí - koniec koncov, v porovnaní s inými výživovými doplnkami, pri Masticha Active sa účinok dostaví pomerne rýchlo.

## Skúsenosti s produktom

Zákazníci výrobok Masticha Active vyskúšali na vlastnej koži a naozaj drvivá väčšina z nich je s produktom **veľmi spokojná**. Masticha Active pomáha pri rôznych tráviacich ťažkostiach od pálenia záhy cez reflux až po samotné zneškodnenie baktérie Helicobacter pylori. Užívanie kapsúl Masticha Active je odporúčané aj v rámci **prevencie**, pričom aj zdravé trávenie udržiava naďalej zdravé.

Taktiež sa Masticha Active osvedčila v rámci budovania **imunity** voči vírusom a baktériám rôzneho pôvodu. Napríklad Masticha v kombinácii so zázvorom dokáže zázraky v podobe odolnosti voči chrípke či nachladnutiu.

## Masticha Active - pozitíva a negatíva

### Pozitíva

- osvedčená účinnosť
- odstraňuje bolesti žalúdka
- pomáha pri častom nafukovaní
- upokojuje stresom podráždený žalúdok
- posilňuje imunitu
- ruka v ruke s trávením podporuje psychickú pohodu
- odstraňuje zápach z úst (dokazuje zdravú tráviacu sústavu)

### Negatíva

- niekedy si situácia vyžaduje aj lekársku liečbu
- účinnosť z dlhodobého hľadiska
- cena
- kapsule nemusia vyhovovať každému

## Súhrn a hodnotenie

Naozaj prírodný produkt, ktorý normalizuje trávenie, vďaka čomu dokáže ľudí zbaviť nepríjemných pocitov s tým súvisiacich. Dokonca sa priaznivé účinky Mastichy preukázali aj pri dlhodobo pretrvávajúcích bolestiach žalúdka **z chronického stresu**. Nielenže upokojuje, ale odstraňuje aj bolesť a jej príčiny, čo je naozaj jedinečné.

*1 % ľudí však podľa štatistík potrebuje aj zásah lekára - ide predovšetkým o závažné stavy, akými sú napríklad vredy.*

## Zdroje

<https://mastichaterapia.sk/produkt/masticha-active/>

<https://mastichaterapia.sk/imunita-a-podpora-zdravia/>

<https://mastichaterapia.sk/zdravie-traviaceho-traktu/>