

Le ginseng aide à maintenir énergie et vitalité

Publié le 13/08/2018

|
3 minutes de lecture

|
Ecrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager Facebook Pinterest Twitter

femme énergie

Au cours de l'année et avec le rythme de vie, on peut se sentir plus fatigué. En prenant du [ginseng](#), vous aidez votre organisme à maintenir votre énergie. Vous gardez une vitalité qui vous accompagne au quotidien.

Contribuez à maintenir votre énergie en prenant du ginseng

Riche en zinc et en vitamines B et C, le ginseng contribue au bien-être physique et mental. Il est aussi constitué de tanins, triterpènes, minéraux, phosphore et ainsi que de flavonoïdes.

Cette plante est d'une aide précieuse en cas de fatigue ou de stress. Vous êtes dans une période de convalescence ? Le ginseng peut contribuer à booster vos défenses naturelles en participant au bon fonctionnement de votre système immunitaire.

Venue d'Asie, cette plante est utilisée en Chine depuis plus de 2000 ans. Elle joue un rôle important dans le maintien des performances cérébrales et cognitives. Des soucis de concentration ? Des problèmes de mémorisation ? Le ginseng peut apporter une aide lors de période d'examens ou aux personnes ayant une mémoire affaiblie.

[Le ginseng rouge](#), vous connaissez ? C'est le nom donné au ginseng après étuvage. En effet, lorsqu'elle est fraîche, la racine du ginseng est de couleur blanchâtre à jaune ambré. Puis, elle devient brun-rouge.

Le sport est une activité importante dans votre mode de vie ? Le ginseng est un complément alimentaire intéressant pour les sportifs.

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager





Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

"Ces articles pourraient vous intéresser