

Шалфей укрепляет центральную нервную систему



Известная множеством лечебных свойств, применяется эта трава и для улучшения памяти. Содержащиеся в растении изорозманол и розмариновая кислота и ряд других веществ тормозят образование ферментов холинестеразы, ацетилхолинестеразы, которые расщепляют нейромедиатор ацетилхолин. Поэтому при приёме шалфея повышается уровень последнего и время его действия в ЦНС, благодаря чему улучшаются интенсивность нейротрансмиссии, а значит – и процессы памяти, внимания, мышления. Также активизации когнитивных функций мозга способствуют эфирные масла и сальвин. Сегодня есть целый ряд исследований, указывающих на перспективы применения шалфея в профилактике и терапии болезни Альцгеймера, рассеянного склероза, энцефалопатий.