

# ALOE VERA

(prava aloja)

- uzgoj
- obrada
- sastojci
- primjena





## Jamstvo kakvoće Aloe vere

Proizvođač može jamčiti za kakvoću proizvoda na bazi aloje samo ako su oni standardizirani na točno određenu količinu aktivnih sastojaka.

Zbog održanja stabilnosti, pripravci od aloje smiju sadržavati malu količinu konzervansa koji su dopušteni u svakodnevnoj prehrani. Istodobno, kvalitetni pripravci ne sadrže dodatak šećera, umjetne arome i bojila.

Najkvalitetniji pripravci od aloje sadrže sastojke iz unutarnjeg dijela lista bez kore, a proizvedeni su od ručno ubranih listova obrađenih postupkom hladnog prešanja.

Kakvoću proizvoda određuje i organska proizvodnja biljaka, bez upotrebe pesticida i umjetnih gnojiva.

### **PHARMATHEKA CONSULT**

Bistranska ulica 100, Poljanica, 10298 Donja Bistra  
tel: (01) 36 37 466, 36 37 477 • fax: (01) 36 37 460  
[www.pharmatheka-consult.hr](http://www.pharmatheka-consult.hr)

# Samo Aloe vera (*Aloe barbadensis*) je prava aloja!

Prema podacima koji se nalaze u farmakopejama<sup>(1)</sup>, od svih vrsta aloje samo Aloe vera odnosno **prava aloja** (*Aloe barbadensis*) i **gorka aloja** (*Aloe ferox*) imaju ljekovita svojstva.

**Prava aloja (Aloe vera) sadrži više od 200  
biološki aktivnih molekula s potvrđenim učinkom!**

Aloe vera je vrsta aloje s najviše provedenih laboratorijskih i kliničkih ispitivanja, dokazano najsigurnija vrsta aloje za primjenu u ljekovitim pripravcima i ujedno najprodavanija vrsta aloje na svijetu.

Ministarstva zdravstva europskih zemalja i Europska agencija za sigurnost hrane (EFSA) uvrstili su Aloe veru i Aloe ferox na Listu odobrenih biljnih vrsta u proizvodnji dodataka prehrani.

Ipak, zbog provedenih brojnih ispitivanja, njihovih rezultata i potvrđenog djelovanja, najveći broj pripravaka na bazi aloje sadrži upravo **pravu aloju** odnosno **Aloe veru**.

## Opis biljke

Aloe vera (*Aloe barbadensis* Miller<sup>(2)</sup>) je ljekovita biljka podrijetlom iz Afrike. Iako podsjeća na kaktus, aloja pripada porodici ljljiana. Debeli i mesnati listovi, duljine oko 60 – 90 cm, šire se poput rozete odmah iznad korijena, a prepuni su dragocjenog soka (aloinog gela). Alojin cvijet ima oblik grozda, narančaste je boje, ali nema ljekovita svojstva.



<sup>(1)</sup> Farmakopeja je zbirka propisa za izradu lijekova, provjeru i potvrđivanje identiteta, provjeru i utvrđivanje čistoće i drugih parametara kvalitete polaznih sastojaka te gotovih lijekova.

<sup>(2)</sup> Puni latinski naziv biljke je ***Aloe barbadensis* Miller**, a Miller je ime znanstvenika koji je zaslužan za njezinu klasifikaciju

## Uzgoj Aloe vere

Osim u Meksiku i Teksasu, prava aloja se danas uzgaja diljem Amerike i južnih dijelova Europe. Brojne plantaže orijentirale su se na organsku proizvodnju aloje, bez primjene insekticida, pesticida i umjetnih gnojiva, što je važna pretpostavka kakvoće ove sirovine u prehrambenoj i farmaceutskoj proizvodnji. Ključne stavke u preradi aloje su **vrijeme, temperatura i berba.**



## Berba i obrada lista

Berba se može ponavljati svakih 6 – 8 tjedana, tako da se od odrasle biljke ručno odreže nekoliko vanjskih listova. Svježje ubrani listovi moraju se što prije ohladiti i obraditi, jer na sobnoj temperaturi listovi aloje već 6 sati nakon berbe počinju gubiti svoja organska svojstva. To se događa zbog enzimske aktivnosti koja započinje odvajanjem lista od biljke. Kako bi se sačuvali vrijedni sastojci, obradu lista aloje i primarnu proizvodnju treba završiti što prije, najviše 36 sati od berbe.

Brzim hlađenjem u trajanju 10 – 15 sekundi na temperaturi 5°C neće se samo usporiti propadanje lista uzrokovano prirodnim procesom, enzimskim i bakterijskim djelovanjem, nego će se umanjiti i usporiti razmnožavanje bakterija na listu. Tako će se sačuvati najviše aktivnih sastojaka u prirodnom i nepromijenjenom obliku.

U postupku obrade osobito je važno pravilno rezanje lista, odvajanje unutarnjeg parenhinskog dijela (gela) od kore lista i nakon toga hladno prešanje gela kako bi se dobio vrijedan sastojak za proizvodnju pripravaka od aloje. Cijeli ovaj postupak zahtijeva puno pažnje i ručnu obradu.

Važnu ulogu ima i kontrola, jer temeljito praćenje svih koraka proizvodnje, počevši od berbe i primarne obrade lista, jamči učinkovitost i očuvanje biološki aktivnih sastojaka Aloe vere.



Brojna istraživanja potvrđuju da su najkvalitetniji proizvodi od Aloe vere proizvedeni ručnom obradom i hladnim prešanjem unutarnjeg parenhinskog sloja alojinog lista, bez sastojaka iz kore. Kora alojinog lista sadrži gorke tvari iz skupine antracenskih spojeva (aloin, barbaloin, emodin), koje imaju laksativni učinak. Najvažniji sastojci unutarnjeg dijela alojinog lista su **polisaharidi**. Njihova prisutnost važna je za kakvoću proizvoda, jer veća količina polisaharida jamči i bolju učinkovitost gotovog pripravka<sup>(3)</sup>.

## Aktivni sastojci lista aloje

**Prava aloja** (*Aloe barbadensis*) sadrži preko 200 biološki aktivnih i prehrambeno vrijednih sastojaka. Najvrijedniji sastojci nalaze se upravo u unutarnjem parenhinskom sloju lista. Nabrojimo samo najvažnije sastojke:

- **Polisaharidi** – acemanan, celuloza
- **Monosaharidi** – glukoza, galaktoza
- **Aminokiseline** – prava aloja sadrži 18 esencijalnih i neesencijalnih aminokiselina
- **Fitosteroli**
- **Enzimi** – amilaza, bradikinaza, lipaza, proteaza, katalaza, karboksipeptidaza
- **Vitamini** – vitamin A, vitamini skupine B (B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, B<sub>3</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub>), vitamin C i E...
- **Minerali** – bakar, bor, cink, fosfor, kalcij, kalij, krom, magnezij, mangan, natrij, željezo...
- **Ostali sastojci** – saponini, salicilna kiselina...

**Gorka aloja** (*Aloe ferox*) sadrži nešto veću količinu antracenskih spojeva, osobito aloina i barbaloina. Ovi se spojevi nalaze većinom u kori i nešto manje u parenhimu lista gorke aloje, a odlikuje ih snažnije laksativno djelovanje.

---

<sup>(3)</sup> Međunarodno tijelo za osiguranje kvalitete „Certiquality“ daje jamstvo kakvoće za pripravke od aloje koji imaju standardiziranu i potvrđenu količinu polisaharida te samo za one pripravke koji su proizvedeni od biljaka uzgojenih bez upotrebe pesticida i umjetnih gnojiva.



## Djelovanje aloje

**Aloe vera** ili **prava aloja** se koristi kao vrijedan sastojak različitih kozmetičkih proizvoda poput šampona, krema i losiona za njegu kože, zubnih pasta i otopina za ispiranje desni. Na tržištu su sve prisutniji pripravci na bazi aloje u obliku sokova, tableta ili kapsula.

Međunarodne znanstvene studije potvrđuju da prava aloja (*Aloe barbadensis*) ima povoljne učinke na ljudski organizam.

### UNUTARNJA PRIMJENA

#### Jačanje imuniteta organizma

Prava aloja je dokazani imunostimulator. Ona potiče prirodne obrambene procese i jača obrambeni sustav organizma.

#### Očuvanje zdravlja probavnog sustava

Potvrđeno je da prava aloja regulira izlučivanje želučane kiseline, djeluje protiv bolova i potiče obnovu tkiva sluznice probavnog sustava. Zahvaljujući tome, aloja pomaže u suzbijanju simptoma žgaravice i preveniranju nastanka čira na želucu. Zbog konzistencije sastojka, oralni pripravak proizveden od unutarnjeg parenhinskog dijela lista aloje oblaže stijenke želuca i crijeva, umanjujući bolove te pomažući u obnavljanju oštećenog tkiva.

#### Pomoć kod terapije upalnih procesa na crijevnoj sluznici

Zahvaljujući potvrđenom protuupalnom djelovanju, pripravci na bazi prave aloje koriste se kao učinkovita nadopuna terapiji kod upalnih bolesti crijeva (kolitisa).

#### Prevenција osteoporoze

Alojin gel bogat je mineralnim tvarima, od kojih se mogu izdvojiti bor, kalcij, kalij, magnezij... Potvrđeno je da bor umanjuje gubitak kalcija iz kostiju, što djeluje na očuvanje koštane mase. Pripravci od aloje pomažu optimizirati iskorištavanje minerala u organizmu i usporiti propadanje koštanog tkiva.

#### Obogaćivanje prehrane enzimima i poticanje metabolizma

Zahvaljujući visokom udjelu enzima u svojem sastavu, Aloe vera potiče bolje iskorištavanje hranjivih sastojaka i metaboličke procese u organizmu.

## **Prevenција bolesti srca i krvnih žila**

Povišen kolesterol u krvi i njegovo nakupljanje u arterijama predstavljaju jedan od glavnih rizika za razvoj ateroskleroze i bolesti srca. Nekoliko istraživanja provedenih na životinjama i ljudima dokazalo je da oralna primjena Aloe vere smanjuje razinu kolesterola, triglicerida i fosfolipida u krvi, čije nakupljanje uzrokuje ubrzano taloženje masnih naslaga na stijenkama arterija. Istovremeno uz smanjenje razine „lošeg“ LDL kolesterola, Aloe vera regulira razinu „dobrog“ HDL kolesterola u krvi koji, cirkulirajući tijelom, hvata loš kolesterol, onemogućuje stvaranje plakova na stijenkama krvnih žila i štiti od sužavanja arterija. Može se reći da prava aloja poboljšava pročišćavanje krvi i smanjuje rizik od srčanog udara.

## **Reguliranje krvnog tlaka**

Redovita primjena prave aloje u oralnim pripravcima pomaže u reguliranju krvnog tlaka.

## **Reguliranje razine šećera u krvi**

Sastojci prave aloje potiču proces proizvodnje inzulina te imaju povoljno djelovanje na održavanje stabilne razine glukoze u krvi i reguliranje hipoglikemije. Stoga se preporučuje u prehrani pacijenata koji boluju od dijabetesa tipa 2.

## **Ublažavanje nuspojava pojedinih vrsta lijekova**

Aloe vera djeluje kao prirodni detoksikator koji pomaže organizmu izlučiti štetne sastojke. Potvrđeno je njezino djelovanje na smanjenje nuspojava i brže izlučivanje toksina kod kemoterapije.

## **Antivirusno i antibakterijsko djelovanje**

Dokazano je da primjena prave aloje usporava širenje virusa HIV-a i citomegalovirusa, a neki sastojci djeluju antibakterijski.

## **Obogaćivanje prehrane hranjivim i ljekovitim sastojcima**

Zahvaljujući bogatstvu vitamina, minerala, polisaharida, aminokiselina i enzima, prava aloja ima hranjiva svojstva koja su osobito važna tijekom provođenja redukcijskih dijeta, oporavka organizma nakon bolesti, poticanja imuniteta i suzbijanja simptoma stresa.

### **Protuupalno djelovanje**

Nakon nanošenja alojinog gela na kožu, zabilježeno je pozitivno djelovanje na smanjenje boli i ublažavanje upalnih procesa.

### **Učinak na obnovu tkiva**

Gel od prave aloje potiče i ubrzava proces obnove kožnih stanica u svim fazama zacjeljivanja.

### **Učinak na ravnotežu vlažnosti kože**

Gel od prave aloje vraća stanicama kože potrebnu vlažnost, osobito u slučajevima opekline od sunca, kod suhe kože sklone ljuškanju te u procesima oporavka kože nakon površinskih oštećenja.

### **Ublažavanje psorijatičnih promjena**

Prava aloja smanjuje ljuštenje površinskog sloja kože.

### **Potpoma dermatološkim tretmanima**

Alojin gel ublažava crvenilo, ljuškanje, perutanje i nelagodu kao posljedicu nadražaja kože, osobito nakon agresivnih dermatoloških ili kozmetičkih tretmana.

