



Home » Дім та інтер'єр » Вчені назвали кімнатну рослину, яка допомагає уповільнювати старіння: вона росте майже в кожному домі

Вчені назвали кімнатну рослину, яка допомагає уповільнювати старіння: вона росте майже в кожному домі

РОМАНЧУК МИКОЛА — 07 Червня 2026, 18:03 2 Mins Read — ДІМ ТА ІНТЕР'ЄР



Алое вера / © pexels.com

Важливі новини щодня — додайте «Експерт» в улюблені джерела Google

Алое вера вже багато років залишається однією з найпопулярніших кімнатних рослин у світі. Фахівці пов'язують її популярність не лише з невибагливістю, а й з високим вмістом корисних речовин.

Експерти з фітотерапії та косметології звертають увагу, що алое вера містить значну кількість антиоксидантів, вітамінів та біологічно активних сполук. Саме ці компоненти допомагають організму протистояти процесам, пов'язаним із передчасним старінням.

Одним із головних чинників старіння вважається оксидативний стрес — процес, під час якого вільні радикали пошкоджують клітини організму. У складі гелю алое вера містяться поліфеноли, флавоноїди та інші антиоксидантні речовини, здатні нейтралізувати їхню дію.

Завдяки цьому клітини отримують додатковий захист від передчасного руйнування, а шкіра довше зберігає еластичність і здоровий вигляд. Саме тому екстракти алое вера часто використовують у косметичних засобах для догляду за зрілою шкірою.

Фахівці також зазначають, що рослина сприяє підтримці природного вироблення колагену та еластину. Ці білки відповідають за пружність шкіри, а з віком їхня кількість поступово зменшується.

Гель алое вера допомагає утримувати вологу, підтримує захисний бар'єр шкіри та сприяє її відновленню після впливу сонця або косметичних процедур.

Крім цього, рослина містить вітаміни А, С, Е, вітаміни групи В, а також амінокислоти, мінерали та ферменти. Усі ці речовини беруть участь у важливих процесах життєдіяльності організму.

Науковці наголошують, що нормальний обмін речовин, ефективна робота імунної системи та здорове функціонування клітин безпосередньо впливають на темпи старіння.

Ще однією перевагою алое вера залишається простота догляду. Рослина добре переносить нестачу вологи, не потребує складних умов утримання та може рости в домашніх умовах багато років.

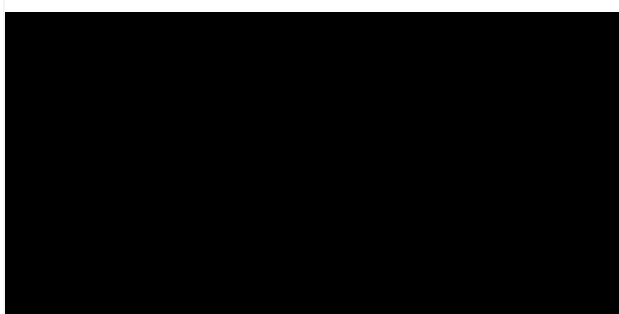
Фахівці радять розміщувати алое вера на добре освітленому підвіконні та уникати надмірного поливу. За таких умов у м'ясистих листках накопичується найбільша кількість корисних речовин.

Читайте ЕКСПЕРТ у Google News

ПІДПИСАТИСЯ

Помітили помилку у матеріалі? Повідомте редакцію: corrections@expert.in.ua

алоє вера здоров'я шкіри кімнатні рослини



Якщо з'явилися варикозні вени або синюшні вузли, застосуйте це

Літня колекція суконь SALE

ОСТАННІ НОВИНИ

СЬОГОДНІ

18:36 Стилісти пояснили, як носити піжамні штани в місті: головні помилки та вдалі поєднання

18:29 Китай запустив мегаканал до моря: грандіозний проєкт проклали через сотні кілометрів країни

18:26 НБУ може знизити ліміт переказів до 100 тисяч гривень: кого зачеплять нові обмеження

18:19 Експерти викрили популярні розширення Chrome: вони можуть читати ваші чати з ШІ

18:14 На АЗС з'являться нові позначення пального: що побачать водії вже з 1 липня

18:08 Отримали повістку після ВЛК: юрист пояснив, навіщо ТЦК знову викликає чоловіків

18:03 Вчені назвали кімнатну рослину, яка допомагає уповільнювати старіння: вона росте майже в кожному домі

17:55 Експерти назвали єдиний спосіб назавжди позбутися тарганів: народні методи не працюють

17:52 Водії можуть залишитися без прав через мобілізаційні порушення: що планують змінити

17:44 Британія залишилася без жодного ударного підводного човна: що сталося з флотом

LOAD MORE

КАТЕГОРІЇ НОВИН

Всі новини

Україна

Політика

Економіка

Світ

Стиль життя

Авто

Технології

Суспільство

Здоров'я

ІНФОРМАЦІЯ

Про проєкт

Автори

Редакційна політика і стандарти

Політика використання ШІ

Політика конфіденційності

Правила коментування

Контакти

ТОВ «НОВА МЕДІА ГРУПА» © 2014—2026

Реєстрація R40-06871 у Реєстрі суб'єктів у сфері медіа

Адреса: 01014, м. Київ, вул. Звіринецька, 63

editor@expert.in.ua

corrections@expert.in.ua

reklama@expert.in.ua