**Oregano suplement diety - czy warto stosować?**

**Czym jest oregano suplement diety i czy warto wprowadzić go do swojego codziennego życia - tego właśnie dowiesz się z naszego artykułu!**

**Oregano suplement diety**

Oregano w pierwszej kolejności wywołuje u nas skojarzenie z kuchnią śródziemnomorską. Jednak to, o czym większość z nas nie wie, to lecznicze właściwości tej rośliny, które docenili już starożytni Grecy. Obecnie przez wielu ekspertów olejek z oregano zwany jest naturalnym antybiotykiem, potrafi bowiem bardzo skutecznie niszczyć patogeny i wzmacniać układ immunologiczny w walce z nimi. Jego działanie znane jest zarówno w medycynie naturalnej jak i kosmetologii, dlatego warto wprowadzić [oregano suplement diety](https://www.naturawit.pl/pol_m_Wsparcie-immunologiczne_Oregano-3442.html) do swojego życia codziennego.

**Oregano suplement diety - dla kogo?**

Regularnie przyjmowany *oregano suplement diety* zapewnia nam wysoki poziom oczyszczania organizmu z czynników chorobotwórczych, takich jak bakterie, grzyby czy pasożyty. Z tego powodu jest on często stosowany jako profilaktyka ogólna chorób układu pokarmowego i oddechowego. Regularne przyjmowanie suplementu obniża naszą podatność na choroby. **Oregano suplement diety** dobrze też sprawdza się w przypadku, gdy dopada nas alergia. Często stosują go również kobiety ze względu na jego właściwości przyspieszające przemianę materii. Główny składnik olejku z oregano - karwakrol, jest odpowiedzialny za spalanie tkanki tłuszczowej i obniżanie poziomu cukru we krwi – dlatego stanowi doskonałe wsparcie w naturalnej terapii odchudzającej.