

Omega 3 Kapseln

Flüssigkapseln mit langlebigen Omega-3-Fettsäuren aus Fischöl.

Omega 3 max Flüssigkapseln enthalten gereinigtes und standardisiertes Fischöl, welches neben den wertvollen langkettigen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) auch Vitamin E enthält. Eine Aufnahme über die Nahrung ist sehr wichtig, denn Omega-3-Fettsäuren sind für das Herz- und Gefäßsystem von Bedeutung. Der Körper kann sie zum Teil nur unzureichend produzieren und ist daher auf ihre Zufuhr angewiesen.



Inhalt	60 Kapseln
PZN	18059270
EAN	9009330913432
Netto-Gewicht	82 g
Packungsinformationen	1 Dose à 60 Kapseln

Produktwissen

Omega-3-Fettsäuren nehmen eine Sonderstellung unter den Fettsäuren ein. Denn der Körper kann sie zum Teil nur unzureichend produzieren und ist daher auf ihre Zufuhr angewiesen. Daher ist eine Aufnahme über die Nahrung sehr wichtig, denn Omega-3-Fettsäuren sind für das Herz- und Gefäßsystem von Bedeutung

Omega 3 Max Flüssigkapseln enthalten gereinigtes und standardisiertes Fischöl, welches neben den wertvollen langkettigen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure und Docosahexaensäure auch Vitamin E enthält. Fischöl enthält die langkettigen wertvollen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA), welche zu den mehrfach ungesättigten Fettsäuren zählen. Omega-3-Fettsäuren enthalten in ihrer Kette aus Kohlenstoffen mehrere Doppelbindungen. Eine davon befindet sich jeweils am dritten Kohlenstoffatom vom Methylenende (daher Omega-3) des Fettsäuren-Moleküls.

EPA und DHA besitzen wichtige Funktionen im menschlichen Körper. Sie tragen zu einer normalen Herzfunktion bei und sind sehr wichtig für die Aufrechterhaltung eines normalen Triglyceridspiegels im Blut. Die positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250mg EPA und DHA ein. Omega-3-Fettsäuren stellen wichtige Ausgangsstoffe für die Bildung von Eicosanoiden (hormonähnliche Substanzen) dar und sind im menschlichen Körper vor allem im Gehirn angereichert. EPA und DHA sind bedingt essentiell, das heißt, sie können im Körper nur aus der in bestimmten pflanzlichen Ölen vorkommenden essentiellen Fettsäure Alpha-Linolensäure hergestellt werden. Allerdings ist die Menge der im Körper hergestellten EPA und DHA meist zu gering, um eine ausreichende Versorgung mit diesen beiden wichtigen Fettsäuren zu gewährleisten. Daher sollten EPA und DHA auch zusätzlich mit der Nahrung zugeführt werden. Fettreiche Fische sind die einzige wesentliche Quelle von DHA und EPA in der menschlichen Ernährung. Der durchschnittliche Verzehr dieser Omega-3-Fettsäuren ist aber bei vielen Menschen aufgrund des zu geringen Fischkonsums, der zumindest zwei Fischmahlzeiten pro Woche enthalten sollte, zu gering.

Auch das Verhältnis der über die Nahrung zugeführten Omega-6- zu den Omega-3-Fettsäuren muss beachtet werden, denn Omega-3-Fettsäuren und Omega-6-Fettsäuren konkurrieren miteinander um den Einbau in die Zellmembranen. Meistens ist der Anteil der Nahrung an Omega-6-Fettsäuren im Verhältnis zu hoch. Nach Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. sollte das Verhältnis bei 5:1 liegen, tatsächlich liegt es meist bei 7:1 oder höher. Schwangere weisen einen noch höheren Bedarf an DHA und EPA auf, da ein Fötus besonders viele Omega-3-Fettsäuren für die Gehirnentwicklung benötigt. EPA und DHA sind wie erwähnt in vielen fettreichen Fischen enthalten.

Zudem enthält Omega 3 Max neben Fischöl auch Vitamin E, das antioxidative Eigenschaften hat. EPA und DHA sind für eine Oxidation anfällig, ein Zusatz eines Antioxidans fördert daher die Stabilität der beiden Fettsäuren.

Mit regelmäßiger Ergänzung der Nahrung mit Omega 3 Max lässt sich der Bedarf an Omega-3-Fettsäuren auf einfache Weise decken.

Zutaten



Diese Kapseln enthalten:

Fischöl, Gelatine (Kapselhülle), Feuchthaltemittel: Glycerin, D- α -Tocopherol

Nahrungsergänzungsmittel

Inhaltsstoffe

Zusammensetzung Inhaltsstoffe	Tagesdosis = 1 Kapsel	%NRV*
Vitamin E	6,1 mg α -TE	51
Fischöl	1000 mg	-
darin enthalten Eicosapentaensäure (EPA)	400 mg	-
Docosahexansäure (DHA)	200 mg	-

*Nährstoffbezugswert nach Lebensmittel-Informationsverordnung

Verzehrempfehlung



1 x
täglich

1
Kapsel

1 Kapsel täglich mit viel Flüssigkeit verzehren.

Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Aufbewahrungsempfehlung

Außerhalb der Reichweite von Kindern, kühl, trocken und lichtgeschützt lagern.

Hinweis

Ein Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

HAWLIK®

EPA und DHA

tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Diese positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA ein.