

# Omega-3 Fischöl-Kapseln

PZN 10392521

Mit den hochungesättigten Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA

*Nahrungsergänzungsmittel*

Inhalt: 220 Kapseln

Nettofüllgewicht: 155,7 g

## Informationen

Da der Mensch die Omega-3-Fettsäuren wie Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) nicht selbst bilden kann, müssen diese mit der Nahrung zugeführt werden. Nennenswerte Mengen an EPA und DHA finden sich nur in bestimmten Kaltwasserfischen, beispielsweise in Hering, Makrele oder Lachs.



Häufig kommt Fisch nicht, wie von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlen, zwei mal pro Woche auf den Tisch. Mitunter liegt die Zufuhr an EPA und DHA hierzulande unter der von Experten für wünschenswert gehaltenen Menge.

Omega-3 Fischöl-Kapseln enthalten pro Kapsel 500 mg hochwertiges Fischöl, das zu mindestens 30% aus mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren (18% EPA, 12% DHA) besteht – kombiniert mit 5 mg natürlichem Vitamin E. Sie sind gut verträglich und für alle geeignet, die Ihre Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren effizient verbessern wollen.

## Die EFSA sagt:

- schon 250 mg täglich EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei
- Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

## Eine Kapsel enthält

Fischöl 500 mg (davon 90 mg EPA, 60 mg DHA), Vitamin E, natürl. 5 mg  $\alpha$ -TE.

## Zutaten

Fischöl (70,6 %); Gelatine; Feuchthaltemittel: Glycerin; Vitamin E (D-alpha-Tocopherol); Sojaöl.

## Informationen über Nährstoffe und Stoffe mit ernährungsspezifischer Wirkung

Nährstoff	pro Verzehrempfehlung (6 Kapseln/Tag)	% NRV*
EPA (aus Fischöl)	540 mg	**
DHA (aus Fischöl)	360 mg	**
Vitamin E, natürl.	30 mg $\alpha$ -TE	250 %

\* Nährstoffbezugswert (NRV) gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011

\*\* kein Nährstoffbezugswert vorliegend

## Verzehrempfehlung

3x täglich 2 Kapseln mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

## **Besondere Hinweise**

- Überschreiten Sie nicht die empfohlene Tagesdosis von 6 Kapseln.
- Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Lagern Sie das Produkt außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern.