

## Algenöl mit Vitamin E

Bei der Wahl von Omega-3-Fettsäuren gilt zu beachten, dass diese mit schonenden und ökologisch einwandfreien Methoden gewonnen werden.

**Omega-3-Fettsäuren sind ein Sammelbegriff für 3 verschiedene Arten von gesunden Fetten:**

- ALA, Alphalinolensäure (Der Körper kann diese Omega-3-Fettsäure jedoch nur zu einem ganz geringen Teil verwerten)
- DHA (Docosahexaensäure)
- EPA (Eicosapentaensäure)

Wichtig bei Nahrungsergänzung mit Omega-3 sind somit vor allem DHA- und EPA-Fettsäuren. Der Stoffwechsel kann diese beiden Omega-3-Fettsäuren optimal verwerten, ohne sie vorher umwandeln zu müssen. Lange Zeit waren Fischöl, Schwarzkümmelöl Nahrungsergänzungsmittel, die reichlich DHA und EPA liefern. Seit einiger Zeit bietet Algenöl eine wertvolle Alternative zu bisher verwendeten Omega-3-Fettsäuren. Algenöl ist reich an DHA und EPA. Die Produktion erfolgt hochrein und ökologisch.

### Wirkungen

Eine Vielzahl von Studien haben bestätigt, dass Omega-3 Fettsäuren einen direkten Einfluss auf Blutfettwerte und Bluthochdruck haben. Gesamtcholesterin, LDL und Triglyceride werden günstig beeinflusst. Omega-3-Fettsäuren können die Fließfähigkeit des Blutes unterstützen und so einer Verklumpung der Blutplättchen vorbeugen. Eine gute Versorgung mit gesunden Fetten trägt auch dazu bei, den Cholesterinspiegel im Blut zu normalisieren. EPA und DHA unterstützen die Herzfunktion und bauen Ablagerungen in den Gefäßen ab. DHA ist besonders wichtig für die Funktion des Gehirns und der Nerven und trägt zudem dazu bei, die Sehkraft zu erhalten. Darüber hinaus hat sich gezeigt, dass Omega-3-Öl Entzündungen hemmen kann. Neue Studien belegen, dass diese gesunden Fettsäuren auch das Wachstum von Krebszellen hemmen kann.

### Auswahlkriterien für Omega-3-Fettsäuren

Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3 gibt es in Kapselform. Die Vielzahl der Produkte am Markt macht es etwas schwierig, Produkte genau zu vergleichen.

### Wir empfehlen folgende Auswahlkriterien:

**Kriterium Nr. 1: Menge an Omega-3-Fettsäuren**  
Wieviel Omega-3 in einer Kapsel steckt, ist für uns das wichtigste Auswahlkriterium. Wenn ein Hersteller dabei geizt, wirft das kein gutes Licht auf sein Produkt. Ausserdem spielt das Verhältnis von DHA

und EPA eine Rolle bei der Qualität. Als ideal gilt das Verhältnis 1:3 von EPA zu DHA.

### **Kriterium Nr. 2: Echte Zertifikate**

Geprüfte Qualität vermittelt Vertrauen. Wenn ein Hersteller sein Produkt von unabhängigen Prüfstellen testen lässt, hat er nichts zu verbergen. Ein gutes Produkt muss mit einem Analysenzertifikat versehen sein.

### **Kriterium Nr. 3: Hohe Bioverfügbarkeit**

Von zentraler Bedeutung ist die Bioverfügbarkeit. Um diese zu erhöhen, fügen wir Vitamin E hinzu.

### **Kriterium Nr. 4: Keine Zusatzstoffe**

Gute Nahrungsergänzungsmittel und mitotrope Substanzen können auf Zusatzstoffe wie Süßungsmittel, Trennmittel oder Farbstoffe verzichten.

Algenöl ist aufgrund neuer Herstellungsverfahren hochrein, hat eine hervorragende Bioverfügbarkeit und entsprechende medizinische Wirkungen.

### **Inhaltsstoffe und -menge pro Kapsel:**

DHA 40%, EPA 10%	500.0 mg
D-ALPHA-TOCOPHEROL	0.9 mg
Vegetarische Kapsel: LOQUID HPMC Vcaps	

### **Darreichungsform:**

Nutrition-World bietet Omega-3 Algenöl in Dosen mit 100 Kaps. an.

### **Wirkungen / Nebenwirkungen**

Nebenwirkungen sind keine bekannt.

### **Dosierungsempfehlung zur Unterstützung der Vitalfunktionen:**

Für Erwachsene:	2 Kaps. täglich
Für Kinder:	1 Kaps. täglich

*In der Europäischen Union EU, Liechtenstein und der Schweiz ist es aufgrund gesetzlicher Vorgaben untersagt, im Zusammenhang mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, gesundheitsbezogene Aussagen zu machen. Ihr Arzt, Therapeut, Apotheker oder Drogist wird Sie gerne über deren Wirkungen in Bezug auf Gesundheit und Lebensqualität informieren.*

---

Ein Produkt der  
**NUTRITION-WORLD-GROUP Corp.**

Mail: [nutrition-world@cellpro.at](mailto:nutrition-world@cellpro.at)  
Website: [www.nutrition-world.at](http://www.nutrition-world.at)