



## Pressemitteilung

# Steigern Sie Ihre Energie mit PQQ und Coenzym Q10

München, 21. August 2023

**Wenn es um Energie geht, gehören zwei Dinge zusammen: PQQ und das Coenzym Q10.**

Diese zwei "neue" Mikronährstoffe, PQQ und Coenzym Q10, gewinnen an Popularität als Energie-Booster im Alltag.

Coenzym Q10, auch als Ubiquinon-10 bekannt, wird vom Körper selbst produziert und ist für den Energieproduktionsprozess in den Mitochondrien von entscheidender Bedeutung. Es kann bei bestimmten Gesundheitszuständen wie erhöhtem Stress oder Medikamenteneinnahme zu einem Mangel an diesem Coenzym kommen, der sich in Symptomen wie Müdigkeit und Muskelschwäche äußern kann. Coenzym Q10 kann über Lebensmitteln wie fettem Fisch, Fleisch, Nüssen und Samen aufgenommen werden und ist auch in Nahrungsergänzungsmitteln zu finden.

PQQ, oder Pyrrolochinolinchinon, ist ein weiterer wichtiger Mikronährstoff, der in den Mitochondrien unseres Körpers eine Rolle spielt. PQQ kann zur Stärkung der Mitochondrien und zur Förderung der Energieproduktion beitragen. Darüber hinaus kann PQQ Entzündungsreaktionen regulieren, oxidativen Stress reduzieren und gesundes Altern unterstützen. Quellen für PQQ sind fermentierte Sojabohnen, grüner Tee, Spinat, Bohnen, Kohl, Kiwi und Papaya.

Besonders interessant ist die Kombination von PQQ und Coenzym Q10. Während Coenzym Q10 entscheidend für die Energiegewinnung ist, kann PQQ dazu beitragen, das Coenzym Q10 zu regenerieren und seine Effektivität zu erhöhen. Darüber hinaus kann die Einnahme von PQQ und Coenzym Q10 oxidativen Stress reduzieren und die Gesundheit der Mitochondrien fördern.

Die gemeinsame Einnahme von PQQ und Coenzym Q10 könnte daher ein wirksames Mittel zur Steigerung der Energie und Unterstützung des allgemeinen Wohlbefindens sein.

Weitere Information zu den beiden Mikronährstoffen, sowie verschiedene Studien finden Sie auch unter <https://mitocare.de/blogs/wissensblog/mehr-energie-mit-pqq-und-coenzym-q10>

## Über MITOcare

„Jeder Mensch verdient es, gesund zu sein“.

So ist der Anspruch von MITOcare, dem Innovationstreiber im Bereich Mikronährstoffe.

Unser breites Angebot an bioaktiven Stoffen und Naturstoffen ist zusammen mit Ärzten entwickelt und wird laufend nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen optimiert.

Unsere Produktion erfolgt in der DACH-Region und trägt so zu nachhaltigem Wirtschaften bei. Mit unseren natürlichen, pflanzlichen Kapselhüllen und vor allem mit unseren bioverfügbaren Inhaltsstoffen.

MITOcare wurde 2013 gegründet. Der Firmensitz ist München und das Unternehmen beschäftigt derzeit 47 Mitarbeiter. MITOcare ist Mitglied im Verband mittelständischer europäischer Hersteller und Distributoren von Nahrungsergänzungsmitteln & Gesundheitsprodukten e.V. (NEM).

Weitere Informationen zu unserem Unternehmen, unserer Philosophie und unseren Produkten finden Sie unter [www.mitocare.de](http://www.mitocare.de).

## Presse Kontakt

Hans W. Friede

Senior Manager PR & Communications

Tel. +49 89 2488163345

[hans.friede@mitocare.de](mailto:hans.friede@mitocare.de)



Fußballprofi Quirin Moll vertraut seit Jahren auf die Nährstoffprodukte von MITOcare