

# die **FITMACHER** Supplements

*Dr. Kirchmayr*

## OMEGA 3+

Der FITMACHER für die Rundum-Vorsorge.

Fischöl Omega 3 – Kapseln zur Versorgung des Körpers mit den lebensnotwendigen essenziellen Fettsäuren als Unterstützung des Herz-Kreislauf-Systems und der Gehirn- und Nervenentwicklung.

### INHALTSSTOFFE

- // Omega-3-Fischöl
  - DHA
  - EPA
  - DPA
- // Vitamin B12/Cyanocobalamin
- // Vitamin D3
- // Vitamin K2-MK7

### PRODUKTMERKMALE

- // zertifizierte österreichische Manufaktur-Produktion
- // frei von unnötigen Zusatzstoffen (z.B. keine Stearate)
- // hochwertige Verpackung aus Miron Violettglas
- // 60 Kapseln

### EINNAHMEEMPFEHLUNG

2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

### INFORMATION ZUM PRODUKT

#### Gute Fette sind nicht nur in, sondern auch lebensnotwendig

Heutzutage ist den Menschen bewusst, dass eine gesunde Ernährung essenziell für die Erhaltung der Gesundheit ist. Dazu gehört auch, den Fettkonsum möglichst einzuschränken und vorwiegend „gesunde“ Fette - in Form von essentiellen Fettsäuren - zu sich zu nehmen.

Dabei ist es, vor allem auch in Mitteleuropa, gar nicht so einfach, da der Zugang zu Omega 3 reichem fettem Meeresfisch reduziert ist.

Essentielle Fettsäuren in Form der ungesättigten Fettsäuren sind lebensnotwendig für uns und haben vielfältigste Aufgaben im Körper. Aus diesem Grund ist es besonders wichtig, diese hochwertigen Fette in die Ernährung einzubinden.



Die OMEGA 3 + Kapseln enthalten die wertvollen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) in einem optimalen Verhältnis. Die OMEGA 3 + Kapseln wurden mit Vitamin D3, Vitamin B12 und Vitamin K2 (MK7) optimiert und unterstützt so die tägliche Versorgung mit natürlichen und essenziellen Omega 3-Fettsäuren.

#### EICOSAPENTAENSÄURE

##### Der Ausgleicher unter den Fettsäuren

Eicosapentaensäure, kurz EPA genannt, ist eine langkettige, mehrfach ungesättigte Fettsäure aus der Omega-3-Familie. Im Körper unterstützt sie das Herz-Kreislauf-System und reguliert den Blutdruck. EPA hat auch eine entzündungshemmende Wirkung und unterstützt die Gehirn- und Nervenent-

wicklung. Außerdem ist EPA der Ausgangsstoff zur Bildung von Docosahexaensäure (DHA).

EPA kommt besonders stark in fettreichen Kaltwasserfischen wie Thunfisch, Lachs, Makrele, Hering und Sardine vor. Diese Tiere reichern über den Verzehr von speziellen Mikroalgen und Kleinstkrebse die Omega-3-Fettsäuren in Form von EPA, DHA und ALA in ihren Zellmembranen an und lagern diesen im Fettgewebe ein.

### Physiologische Effekte von Eicosapentaensäure

#### // Zellmembranen

- Als Bestandteil der Zellmembranen ist EPA für die Durchlässigkeit der Zellen verantwortlich

#### // Entzündungen

- EPA ist durch die kompetitive Verdrängung der Arachidonsäure an der Bildung der entzündungshemmenden Eicosanoide beteiligt
- EPA wirkt somit antithrombotisch, entzündungshemmend und gefäßerweiternd

#### // Blutgefäße

- EPA ist an der Steigerung der NO-induzierten Vasodilatation beteiligt (Erweiterung der Blutgefäße)
- EPA trägt zur Reduktion von Entzündungsmarkern bei
- EPA ist an der verringerten Freisetzung des plättchenaktivierenden Faktors und somit an einer verringerten Zusammenlagerung von Blutplättchen beteiligt
- EPA wirkt sich auf die systolische und diastolische Blutdrucksenkung aus
- EPA steigert die renale Durchblutung und verbessert die Mikrozirkulation

#### // Herz-Kreislauf-System

- Durch die antiarrhythmischen und antithrombotischen Effekte hat EPA eine kardioprotektive Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System

#### // Nervensystem

- EPA ist maßgeblich an der Gehirn- und Nervenentwicklung beteiligt
- Auch wirkt es auf die Synthese von Serotonin- und Dopaminrezeptoren ein

#### // Fettstoffwechsel

- EPA trägt zur Senkung der Triglyceridwerte bei (Senkung der LDL-Werte und Erhöhung der HDL-Werte)

### EFSA Health Claims: Eicosapentaensäure ...

- // trägt zu einer normalen Herzfunktion bei und unterstützt das Herz-Kreislauf-System
- // wirkt sich positiv auf Entzündungen aus
- // unterstützt die Gehirn- und Nervenentwicklung
- // wirkt sich positiv auf das zentrale Nervensystem aus

- // trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei

### DOCOSAHEXAENSÄURE

#### Für die optimale Balance und den richtigen Durchblick

Docosahexaensäure, kurz DHA genannt, ist eine langkettige, mehrfach ungesättigte Fettsäure aus der Omega-3-Familie. Sie ist maßgeblich an der Retinaentwicklung beteiligt und wirkt sich somit positiv auf die Augenfunktion aus. Außerdem unterstützt DHA das Herz-Kreislauf-System sowie die Gehirnfunktion und sorgt für einen normalen Cholesterinspiegel im Blut.

### Physiologische Effekte von Docosahexaensäure

#### // Zellmembranen

- Als Bestandteil der Zellmembranen ist DHA für die Durchlässigkeit und Elastizität der Zellen verantwortlich

#### // Blutgefäße

- DHA steigert die NO-induzierte Gefäßerweiterung
- DHA hilft bei der Reduktion von Entzündungsmarkern
- DHA ist an der verringerten Freisetzung des plättchenaktivierenden Faktors und somit an einer verringerten Zusammenlagerung von Blutplättchen beteiligt
- DHA wirkt sich auf die systolische und diastolische Blutdrucksenkung aus
- DHA steigert die renale Durchblutung und verbessert die Mikrozirkulation

#### // Herz-Kreislauf-System

- Durch antiarrhythmische und antithrombotische Effekte hat DHA eine kardioprotektive Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System

#### // Nervensystem

- DHA ist maßgeblich an der Gehirn- und Nervenentwicklung beteiligt
- Auch wirkt sie auf die Synthese von Serotonin- und Dopaminrezeptoren ein
- DHA ist an der Retinaentwicklung beteiligt und wirkt sich somit auch auf die Augenfunktion aus

#### // Fettstoffwechsel

- DHA trägt zur Senkung der Triglyceridwerte bei
- DHA verbessert somit auch die LDL-Werte und erhöht die HDL-Werte

### EFSA Health Claims: Docosahexaensäure ...

- // trägt zum Erhalt einer normalen Gehirnfunktion bei
- // wirkt sich positiv auf die Sehkraft aus
- // unterstützt das Herz-Kreislauf-System
- // trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut bei

### HINWEIS:

*Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Bei Allergien oder Nahrungsunverträglichkeiten beachten Sie bitte die Zutatenliste des Produktes. Nahrungsmittelergänzung gemäß EU-Richtlinie 2002/46/EG. Oben angeführte Informationen stellen keine Heilaussagen oder Aufforderung zur Selbstmedikation dar. Dieses Produkt ersetzt keinen Besuch beim Arzt. Kein Arzneimittel. Druck- und Satzfehler vorbehalten. Stand Juni/2022.*