

## Omega-3 vegan Algenöl 625 mg | PZN 14360630

### Die vegane Alternative – Omega 3 aus Mikroalgen

Bisher war es für Veganer und Vegetarier mühselig, ausreichend an wertvollen marinen Omega-3-Fettsäuren, EPA und DHA zu verzehren, die hauptsächlich in fetten Kaltwasserfischen enthalten sind. Inzwischen gibt es eine rein pflanzliche Alternative, die Meeresthrombion Schizochytrium sp. (die Nahrungsgrundlage eben dieser Fische). Die Mikroalge als ursprüngliche Quelle von Omega-3-Fettsäuren bildet große Mengen von DHA und EPA.

Der Körper benötigt DHA unter anderem für die Bildung von Nervengewebe. Und auch für die Aufrechterhaltung verschiedener Stoffwechselfunktionen ist DHA nützlich. Als Fettsäurekomponente der Phospholipide wird DHA in erster Linie von den Membranen und Nervenzellen benötigt, da diese nicht ohne Fettsäuren auskommen.

Dabei ist DHA mit 97% das am häufigsten im Gehirn vorhandene Fett. Ein ähnlich hoher Anteil an DHA, 93%, ist lediglich bei den Omega-3-Fettsäuren der Netzhaut im menschlichen Auge zu finden.

Laut Untersuchungen nehmen viele Mitteleuropäer im Durchschnitt weniger als die empfohlene Menge an Omega-3-Fettsäuren über die Nahrung auf. Zudem wird Menschen, die körperlich überdurchschnittlich aktiv sind, eine erhöhte Aufnahme von EPA und DHA empfohlen. Laut einer Stellungnahme der EFSA (Europäische Lebensmittelsicherheitsbehörde) stellt sich bei einer Tagesdosierung von 250 mg DHA und EPA die positive Wirkung auf die Herzfunktion ein, bei 250 mg DHA auf Sehkraft und Gehirnfunktion. Schwangere sollten laut einer Expertenkommission der EU darauf achten, dem Körper täglich mindestens 200 mg DHA zuzuführen. Bei solchen Mengen schon eine vegane Alternative Umwelt und Gewissen.

### Nahrungsergänzungsmittel mit Algenöl

#### Zutaten:

Algenöl (Öl aus der Mikroalge Schizochytrium sp., Antioxidationsmittel: stark tocopherolhaltige Extrakte und Fettsäureester der Ascorbinsäure), Kapselhülle (Feuchthaltemittel: Glycerin, Maisstärke, Verdickungsmittel: Carrageen, Wasser, Säureregulator: Natriumcarbonat).



NÄHRSTOFFE	PRO KAPSEL	%NRV*
Algenöl	625 mg	**
davon Docosahexaensäure (DHA)	250 mg	**
davon Eicosapentaensäure (EPA)	3,1 mg	**

\* Prozentualer Anteil der Nährstoffbezugswerte nach Verordnung (EU) NR. 1169/2011 pro Tagesdosis.

\*\* Keine NRV vorhanden

Glutenfrei, lactosefrei, ohne künstliche Aromen, ohne Gentechnik, für Vegetarier und Veganer geeignet

**Verzehrempfehlung:**

Täglich 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

**Hinweis:**

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

**Angaben zur Lagerung:**

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 20 Grad und trocken lagern.

**Inhalt | Nennfüllmenge:**

120 Kapseln | 102 g

**Herstellungsland:**

Deutschland

**DHA (Docosahexansäure) trägt bei zu**

- der Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion (ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg DHA)
- der Erhaltung normaler Sehkraft (ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg DHA)

**DHA und EPA (Omega-3-Fettsäuren) tragen bei zu**

- einer normalen Herzfunktion (ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA)