

Omega-3

Tengeri EPA és DHA, E-vitaminnal

Mikor ajánljuk?

A tengeri omega-3 zsírsavak napi bevitelének kiegészítésére, különösen akkor, ha az étrendben ritkán szerepel tengeri hal.

A formula napi két kapszulában **550 mg EPA-t és DHA-t együttesen**, valamint **10 mg E-vitamint** biztosít.

A halolaj kis testű tengeri halakból, **elsősorban perui szardellából** származik.



550 mg

EPA + DHA / napi adag

10 mg

E-vitamin / napi adag

30 nap

2 kapszula / nap

A formula fő jellemzői

A szív megfelelő működése

Az EPA és a DHA hozzájárul a szív megfelelő működéséhez. A kedvező hatás 250 mg EPA és DHA napi bevitelével érhető el. [1]

E-vitamin és antioxidáns védelem

Az E-vitamin hozzájárul a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez. A napi adag a felnőttek beviteli referenciaértékének 83%-át adja. [1]

Javasolt alkalmazás

Naponta 2 kapszula fogyasztása javasolt bőséges folyadékkal, lehetőleg zsírt is tartalmazó étkezés közben.

EPA és DHA közérthetően

Két különböző zsírsav, közös tengeri forrásból

EPA - eikozapentaénsav

Az EPA hosszú szénláncú, többszörösen telítetlen omega-3 zsírsav. Beépül a sejtmembránokba, és a szervezet jelzőmolekuláinak egyik kiindulási anyaga. Ezek a molekulák a sejtek közötti kommunikációban és az élettani folyamatok szabályozásában vesznek részt. [2]

A napi adag EPA-tartalma: 330 mg

DHA - dokozahexaénsav

A DHA szintén hosszú szénláncú omega-3 zsírsav. Különösen nagy arányban található meg az agy és a szem ideghártyájának, a retinának a sejtmembránjaiban. Ez magyarázza, miért kap kiemelt figyelmet az idegrendszer és a látás táplálkozási kutatásaiban. [2]

A napi adag DHA-tartalma: 220 mg

A sejtmembrán több mint egy határoló réteg

A sejtmembrán zsírsavösszetétele a sejt működésében is szerepet játszik. Az EPA és a DHA a membránt felépítő foszfolipidek alkotórészei lehetnek. [2]

Tudtad?

A lenmag és a dió főként ALA-t, egy másik omega-3 zsírsavat tartalmaz. A szervezet ebből csak korlátozottan állít elő EPA-t és DHA-t. A tengeri halolaj ezeket a zsírsavakat közvetlenül biztosítja. [2]

A készítményben az EPA és a DHA aránya **3 : 2**. A napi két kapszula összesen **550 mg EPA+DHA-t** tartalmaz.

A formula részletei

Miért fontos az EPA és DHA mennyisége?

A halolaj teljes tömege és az omega-3 zsírsavak mennyisége külön adat. Ebben a készítményben a napi adag **1000 mg halolajat** tartalmaz, amelyből **550 mg az omega-3 zsírsavak mennyisége**. Ez 330 mg EPA-ból és 220 mg DHA-ból áll.

Tengeri eredet, E-vitaminnal kiegészítve

A halolaj elsősorban perui szardellából származik. Az E-vitamin forrása DL- α - tokoferil-acetát; a kapszulahéj zselatinból készül.

Hatóanyagok a napi adagban

2 kapszula

Hatóanyag	Mennyiség	% NRV*
Halolaj	1000 mg	-
ebből omega-3 zsírsavak	550 mg	-
ebből EPA	330 mg	-
ebből DHA	220 mg	-
E-vitamin	10 mg α -TE	83%

*NRV: napi beviteli referenciaérték felnőttek számára.

Összetevők

Halolaj (kis testű tengeri halakból, elsősorban perui szardellából), zselatin (kapszulahéj), nedvesítőanyag: glicerín, DL- α - tokoferil-acetát.

Felhasználási javaslat: naponta **2 kapszula** fogyasztása javasolt bőséges folyadékkal, lehetőleg zsírt is tartalmazó étkezés közben

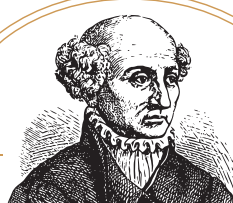
A javasolt napi mennyiséget ne lépje túl!
Az étrend-kiegészítő fogyasztása nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes táplálkozást és az egészséges életmódot!
Gyermekektől gondosan elzárva tartandó!

Származási hely: Ausztria

Tárolás: Szobahőmérsékleten, száraz, fénytől védett helyen tárolandó.

Minőségét megőrzi: a doboz alján jelzett időpontig (nap/hó/év).

Forgalmazó: Tetractys Kft.
1134 Budapest, Váci út 47/B Ü-1



PARACELSUS
ELEMENTS

Omega-3

étrend-kiegészítő
60 db kapszula



Halolajat és E-vitamint tartalmazó étrend-kiegészítő.

Hatóanyagok a napi adagban (2 kapszula):	Tömeg	%NRV ¹
Halolaj	1000 mg	-
- ebből omega-3 zsírsavak:	550 mg	-
- ebből EPA:	330 mg	-
- ebből DHA:	220 mg	-
E-vitamin	10 mg α -TE	83

¹ napi ajánlott beviteli érték felnőtteknek

Összetevők: halolaj (kis testű tengeri halakból, elsősorban perui szardellából származik), zselatin (kapszulahéj), nedvesítőanyag: glicerín, DL- α - tokoferil-acetát

Nettó tömeg: 37 g

longevity.hu

Források: termék címke és gyártói háttéranyag; [1] 432/2012/EU rendelet, EPA/DHA-ra és E-vitaminra vonatkozó egészségállítások; [2] NIH Office of Dietary Supplements: Omega-3 Fatty Acids - Health Professional Fact Sheet.