

	Omega-3-Fischöl Kapseln												
Zusatzbezeichnung	Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fischöl und Vitamin E												
Herstellung/Vertrieb	merosan Diätvertrieb GmbH, Groß-Gerauer-Straße 75, 55130 Mainz Fon: 06131 / 8813 57 – Fax: 06131 / 8813 58 – info@merosan.de												
Packungsgröße	Packung mit 70,0 g / 100 Kapseln												
Artikel #	09674786												
Zutaten	gereinigtes Fischöl mit natürlichen Omega-3 Fettsäuren = 30% (EPA= 18% / DHA=12%), DL-α-Tocopherolacetat, Feuchthaltemittel: Glycerin, Füllstoff: Gelatine, demineralisiertes Wasser. <table><tr><td></td><td>pro Kapsel</td><td>pro Tagesdosis 2 Kapseln</td><td>% NRV*</td></tr><tr><td>Gereinigtes Fischöl</td><td>500 mg</td><td>1.000 mg</td><td>-</td></tr><tr><td>Vitamin E</td><td>5 mg</td><td>10 mg</td><td>83</td></tr></table> * NRV = Nährstoffbezugswert (Referenzmenge in %) Zufuhr gemäß VO (EU) Nr. 1169/2011		pro Kapsel	pro Tagesdosis 2 Kapseln	% NRV*	Gereinigtes Fischöl	500 mg	1.000 mg	-	Vitamin E	5 mg	10 mg	83
	pro Kapsel	pro Tagesdosis 2 Kapseln	% NRV*										
Gereinigtes Fischöl	500 mg	1.000 mg	-										
Vitamin E	5 mg	10 mg	83										
Evtl. Allergieauslöser	./.												
Ernährungshinweise	Fischessende Populationen wie z. B. Grönland-Eskimos oder Inselbewohner erleiden seltener einen Herzinfarkt als Bevölkerungsgruppen, bei denen Fisch nur selten auf den Tisch kommt. Schon früh hat diese Tatsache das Interesse zahlreicher Forscher geweckt. In den vergangenen 50 Jahren sind denn auch mehrere tausend Publikationen zum Thema «Fisch und Gesundheit» erschienen, wobei immer wieder die günstigen Auswirkungen eines regelmäßigen Fischkonsums auf das Herz-Kreislauf-System betont wurden - in der oft zitierten holländischen «Zutphen-Studie» beispielsweise hatten diejenigen Versuchspersonen, die täglich mindestens 30 Gramm Fisch aßen, eine um 50 Prozent verminderte «kardiovaskuläre» Mortalität. Durch den häufigen Verzehr von Fisch - insbesondere fettem Fisch - werden beträchtliche Mengen sogenannter mariner Omega-3-Fettsäuren aufgenommen, vorab die Eicosapentaen-Säure (EPA) und die Docosahexaen-Säure (DHA). Dem Herz-Kreislauf-System besonders zuträglich scheint der Einbau dieser Fettsäuren in die Zellmembranen zu sein, deren Funktion dadurch optimiert wird. Verschiedene Abbauprodukte von EPA und DHA mildern zudem Entzündungsreaktionen, hemmen die Verklumpung der Blutplättchen, wirken sich günstig auf die Verteilung der Blutfette aus und können, so haben neuere Studien ergeben, sogar gefährlichen Herzrhythmusstörungen im Rahmen eines Herzinfarktes entgegenwirken. Omega-3-Fettsäuren finden sich vornehmlich in Kaltwasserfischen wie beispielsweise Lachs oder Hering. Auch Leinsamen sind reich an - im Vergleich zu den marinen Omega-3-Fettsäuren allerdings kürzerkettigen - Omega-3-Fettsäuren.												
Verzehrempfehlung	Morgens und abends je 1 Kapsel mit etwas Wasser nehmen												
Zusatz-Bemerkungen	Frei von Hefe, Laktose und Gluten												
Besondere Hinweise	trocken und nicht über 25 °C lagern												
Haltbarkeit	3 Jahre												



