

# Omega3/6/7/9

Code: 2002 (90 Weichkapseln)



**Omega3/6/7/9** ist eine **hochwertige Quelle der wichtigsten essentiellen Fettsäuren (EFA), mit Fischöl aus wilden Anchovis und Borretsch-, Leinsamen- und Sanddornöl** aus kontrolliertem Anbau. Da der Körper die EFA nicht selbst herstellen kann, muss er über die Ernährung damit versorgt werden. Diese Fettsäuren sind auch als mehrfach ungesättigte Fettsäuren bekannt und werden zur Senkung des Cholesterinspiegels und des Blutdrucks sowie des Risikos von Herz-Kreislauf-Erkrankungen empfohlen.

Um sicherzustellen, dass das Produkt frei von Schwermetallen ist, wird für seine Herstellung ausschließlich eine kleine Fischart verwendet, da Arten von großen Fischen einen hohen Gehalt an Schwermetallen aufweisen. Trotzdem werden die Fische auf Schwermetalle und andere Schadstoffe untersucht, um die Reinheit des Produktes zu gewährleisten.

## ZUTATEN:

Fischöl, rein, aus wilden Anchovis (*Engraulis encrasicolus*), Borretschsamenöl<sup>1</sup> (*Borago officinalis*), Leinsamenöl<sup>1</sup> (*Linum usitatissimum*), Sanddornöl Fruchtfleisch<sup>1</sup> (*Hippophae rhamnoides*), D-alpha-Tocopherol (Vitamin E) (natürlich, aus Sonnenblume (*Helianthus annuus*)), Weichkapsel (Feuchthaltemittel: Glycerin; Gelatine; reines Wasser)

## NÄHRWERTE:

### 4 Weichkapseln (7,3 g)

Fischöl.....	1.600 mg
EPA (Eicosapentaensäure).....	640 mg
DHA (Docosahexaensäure).....	320 mg
Borretschsamenöl <sup>1</sup> (20 % GLA = 320 mg) .....	1.600 mg
Leinsamenöl <sup>1</sup> .....	1.600 mg
Sanddornöl <sup>1</sup> .....	400 mg
(25 % Palmitoleinsäure = 100 mg, 34 % Ölsäure = 136 mg, 5 % Linolsäure = 20 mg)	
Vitamin E (52 IE pro WK) .....	140 mg α-TE (1.167 %*)

<sup>1</sup>Aus kontrolliertem Anbau

\*NRV: Nährstoffbezugswert in %

## Hochwertige Quelle von essentiellen Omega-3-, -6-, -7- und -9-Fettsäuren

Pflanzen aus kontrolliertem Anbau  
+  
kleine, wilde Meeresfische

## IST ERHÄLTlich ZU:

90 Weichkapseln

## VERZEHREMPFEHLUNG:

2 x täglich 2 Weichkapseln zu den Mahlzeiten

## WEICHKAPSEL:

Feuchthaltemittel: Glycerin; Gelatine; reines Wasser

## HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit und bei der Einnahme von Antikoagulanzen sollten Sie vor der Einnahme Ihren Therapeuten fragen

## Omega3/6/7/9 ist eine Kombination der wichtigen essentiellen Fettsäuren (EFA):

**Omega-3:** Alpha-Linolensäure (ALA), Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA)

**Omega-6:** Linolsäure (LA) und Gamma-Linolensäure (GLA)

**Omega-7:** Palmitoleinsäure

**Omega-9:** Ölsäure

**Omega-3:** Eicosapentaen- (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) werden aus der Alpha-Linolensäure (ALA) gewonnen und sind Vorläufer der Prostaglandine der Serie 3. Diese Prostaglandine sind hormonähnliche Substanzen, die durch die Erweiterung der Blutgefäße die Durchblutung begünstigen, den arteriellen Blutdruck senken und somit das **Infarkt- und Schlaganfallrisiko verringern**. Diese essentiellen Fettsäuren besitzen nachweislich die Eigenschaft, **den Cholesterinspiegel im Blut zu senken** und **die Bildung von Blutgerinnseln zu verhindern**.

EPA spielt eine wichtige Rolle für das Gehirn, da sie eine Strukturkomponente der neuronalen Membranen ist. Eine Unterversorgung mit dieser Fettsäure kann zu Funktionsstörungen der Signalübertragung zwischen den Nervenzellen des Gehirns und dadurch zu verschiedenen psychischen und neurokognitiven Störungen führen. Ihr Wirkmechanismus basiert auf ihrer Fähigkeit, den Fluss und die Zusammensetzung der Phospholipide der Zellmembranen des zentralen Nervensystems zu modifizieren und damit die Struktur und Funktion der daran beteiligten Proteine zu verändern.<sup>1</sup>

Außerdem hat sie einen positiven Einfluss auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit.<sup>2,3</sup> Sie steuert das Gleichgewicht zwischen Prostaglandinen, Thromboxanen und Leukotrienen.<sup>4,5</sup> Ein Ungleichgewicht zwischen diesen Substanzen kann die Ursache für **allergische Reaktionen und Entzündungen** sein. Dank dieser positiven Eigenschaften führt EPA zu einer Linderung der Symptome von Asthma bronchiale und wirkt vorbeugend gegen diese Erkrankung, da sie die Lunge vor möglichen Entzündungen schützt und die Lungenfunktion verbessert.<sup>6,7</sup>

DHA findet man in hohen Konzentrationen in der Netzhaut (93 % des gesamten Omega-3-Anteils) und in den Phospholipiden der Zellmembranen der Gehirnzellen (97 % des gesamten Omega-3-Anteils). Daher ist diese Substanz sowohl für die Entwicklung des Sehvermögens als auch für die Entwicklung des menschlichen Gehirns von zentraler Bedeutung. Eine DHA-Supplementierung erhöht nachweislich die DHA-Konzentrationen in den erythrozytären Zellmembranen, wodurch die funktionale Aktivität der Hirnrinde gefördert wird.<sup>8</sup>

**Omega-6:** Die Gammalinolensäure (GLA) wird in der Leber über die Linolsäure (LA) synthetisiert; dies sind Vorläufer der Prostaglandine der Serie 1, welche die entzündungsfördernden Prostaglandine der Serie 2 in Schach halten.<sup>9</sup> Dank ihrer entzündungshemmenden Eigenschaften eignet sie sich hervorragend für eine Langzeitbehandlung von chronischer Arthritis.<sup>10</sup>

**Omega-7:** Die Palmitoleinsäure ist eine einfach ungesättigte Fettsäure, die sich äußerst vorteilhaft auf die **Gesundheit der Haut und der Schleimhäute** auswirkt.<sup>11</sup> Sie ist ein wichtiger Bestandteil der Haut, Blutgefäße und Schleimhautmembranen und wirkt sich äußerst vorteilhaft auf die **Gesundheit der Haut, Schleimhäute, Haare und Nägel** aus.

**Omega-9:** Ölsäure ist eine einfach-ungesättigte Fettsäure mit positiven Wirkungen auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit.<sup>12</sup>

Ein Gleichgewicht zwischen den verschiedenen essentiellen Fettsäuren sicherzustellen ist von entscheidender Bedeutung. Die essentiellen Fettsäuren sind der Hauptbestandteil der Zellmembran, die den Eintritt von schädlichen Substanzen in das Innere der Zelle verhindert und die Kommunikation zwischen den Zellen reguliert. Sie sind äußerst wichtig für die **Gesundheit des Gehirns** (fördern die Gehirnaktivität), die **Zellaktivität**, das **Hormonsystem**, **Immunsystem** (Multiple Sklerose, Allergien und Asthma), **Verdauungssystem**, **Blutkreislaufsystem** (Regulierung des Cholesterins und Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen), **Haut, Fingernägel und Haar** (Verbesserung der Haarstruktur), **Gelenke** (Schmerz und Gelenkentzündungen bedingt durch rheumatoide Arthritis und Osteoarthritis, Gicht) und **Knochen**.

**Omega3/6/7/9** beinhaltet diese essentiellen Fettsäuren aus dem Öl von kleinen wilden Meerestischen (Sardellen/Anchovis) und aus Ölen von Borretsch, Leinsamen und Sanddorn aus kontrolliertem Anbau, die alle eine sehr reichhaltige Quelle für essentielle Fettsäuren der Reihe Omega-3, -6, -7 und -9 sind.

**Öl aus wilden Meerestischen:** Zur Gewinnung des Öls wird eine kleine Fischart verwendet, da sie im Vergleich zu größeren Fischarten aufgrund ihrer kürzeren Lebenszeit weniger Schwermetalle und sonstige Schadstoffe einlagert. Außerdem wird das Fischöl eines Extraktionsverfahrens zur Trennung und Reinigung der enthaltenen Substanzen unterzogen, wodurch zusammen mit den durchgeführten strengen Analysen ein Öl von höchster Reinheit und pharmazeutischer Qualität garantiert werden kann. Der Anteil an gesättigten Fettsäuren, Schwermetallen oder anderen Schadstoffen ist dadurch verschwindend gering oder gleich Null.

**Borretschöl:** Das Öl wird durch Kaltpressung aus den Samen der Pflanze gewonnen. Es enthält einen sehr hohen Anteil an zwei mehrfach ungesättigten essentiellen Fettsäuren der Reihe Omega-6: Linolsäure und Gamma-Linolensäure. Borretschöl wirkt antiarthritisch, antirheumatisch und entzündungshemmend und ist für seine regulierende Wirkung auf den Hormonhaushalt bekannt.

**Leinsamenöl:** Es ist eine hervorragende Quelle für die essentiellen Fettsäuren Omega-3 und Omega-6, überwiegend Alpha-Linolensäure (Omega-3). Außerdem ist dieses Öl reich an Magnesium, Kalium und Ballaststoffen sowie eine gute Quelle für B-Vitamine, Proteine und Zink. Leinsamenöl beinhaltet nur einen geringen Anteil an gesättigten Fetten und Kalorien und kein Cholesterin. Es trägt zu einer gesunden Ernährung bei und wirkt im Wesentlichen ausgleichend bei Defiziten von Omega-3-Fettsäuren

**Sanddornöl:** Der Sanddorn ist ein Strauch, der in China und an der europäischen Atlantikküste beheimatet ist. Zur Gewinnung des Öls verwendet man seine Beeren (Samen und Fruchtfleisch). Mit Hilfe eines Extraktionsverfahrens mit überkritischem Kohlenstoffdioxid entsteht ein 100 % natürliches Öl, das frei von Lösungsmitteln ist. Sowohl die Samen als auch die Früchte sind reich an ungesättigten Fettsäuren, insbesondere an Alpha-Linolensäure (Omega-3), Linolsäure (Omega-6) und Ölsäure (Omega-9). Hauptsächlich aus der Frucht wird die Omega-7-Fettsäure gewonnen, auch als Palmitoleinsäure bezeichnet. Ferner beinhaltet die Frucht noch weitere antioxidative Verbindungen (Carotinoide, Tocopherole und Tocotrienole) sowie Phytosterole.

## Literatur:

- 1 Calderón-Moore, A., Pizarro-Castellanos, M., & Rizzoli-Córdoba, A. (2012). Efficacy and safety of omega 3 and omega 6 fatty acid supplementation in developmental neurological disorders: systematic review. *Boletín Médico del*, 69(4), 251-256.
- 2 Dyerberg, J., Bang, H. O., Stoffersen, E., Moncada, S., & Vane, J. R. (1978). Eicosapentaenoic acid and prevention of thrombosis and atherosclerosis? *The Lancet*, 312(8081), 117-119.
- 3 Yokoyama, M., Origasa, H., Matsuzaki, M., Matsuzawa, Y., Saito, Y., Ishikawa, Y., ... & Kita, T. (2007). Effects of eicosapentaenoic acid on major coronary events in hypercholesterolaemic patients (JELIS): a randomised open-label, blinded endpoint analysis. *The Lancet*, 369(9567), 1090-1098.
- 4 Culp, B. R., Titus, B. G., & Lands, W. E. (1979). Inhibition of prostaglandin biosynthesis by eicosapentaenoic acid. *Prostaglandins and medicine*, 3(5), 269-278.
- 5 Terano, T., Salmon, J. A., Higgs, G. A., & Moncada, S. (1986). Eicosapentaenoic acid as a modulator of inflammation: Effect on prostaglandin and leukotriene synthesis. *Biochemical pharmacology*, 35(5), 779-785.
- 6 Kirsch, C. M., Payan, D. G., Wong, M. Y. S., Dohman, J. G., Blake, V. A., Petri, M. A., ... & Gold, W. M. (1988). Effect of eicosapentaenoic acid in asthma. *Clinical & Experimental Allergy*, 18(2), 177-187.
- 7 Kankaanpää, P., Sütas, Y., Salminen, S., Licbtenstein, A., & Isolauri, E. (1999). Dietary fatty acids and allergy. *Annals of medicine*, 31(4), 282-287.
- 8 Horrocks, L. A., & Yeo, Y. K. (1999). Health benefits of docosahexaenoic acid (DHA). *Pharmacological Research*, 40(3), 211-225.
- 9 Kapoor, R., & Huang, Y. S. (2006). Gamma linolenic acid: an antiinflammatory omega-6 fatty acid. *Current pharmaceutical biotechnology*, 7(6), 531-534.
- 10 Zurier, R. B., Rossetti, R. G., Jacobson, E. W., Demarco, D. M., Liu, N. Y., Temming, J. E., ... & Laposata, M. (1996). Gamma-linolenic acid treatment of rheumatoid arthritis. A randomized, placebo-controlled trial. *Arthritis & Rheumatology*, 39(11), 1808-1817.
- 11 Yang, B., Kalimo, K. O., Tahvonen, R. L., Mattila, L. M., Katajisto, J. K., & Kallio, H. P. (2000). Effect of dietary supplementation with sea buckthorn (*Hippophae rhamnoides*) seed and pulp oils on the fatty acid composition of skin glycerophospholipids of patients with atopic dermatitis. *The Journal of nutritional biochemistry*, 11(6), 338-340.
- 12 Massaro, M., & De Caterina, R. (2002). Vasculoprotective effects of oleic acid: epidemiological background and direct vascular antiatherogenic properties. *Nutrition, metabolism, and cardiovascular diseases: NMCD*, 12(1), 42-51.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren

**NAHANI**-Produkte sind nicht-rezeptpflichtige Nahrungsergänzungsmittel

Die hier aus der Fachliteratur zusammengestellten Informationen ersetzen nicht den medizinischen Rat eines Therapeuten