



**aktiv**

✓ lactosefrei  
✓ glutenfrei

# Omega-3 Seefischöl 800

Ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung sind wichtige Bestandteile einer gesunden Lebensweise. Unausgewogene Ernährung enthält oft zu viel gesättigte Fettsäuren, tierische Fette oder Cholesterin. Die mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren werden dagegen häufig zu wenig aufgenommen. Die Omega-3-Fettsäuren Docosahexaensäure (DHA) und Eicosapentaensäure (EPA) können vom Körper nicht selbst gebildet werden, wenn nicht die entsprechenden Vorstufen vorhanden sind.

Auf die Omega-3-Fettsäuren ist man durch Beobachtungen bei den Inuit in Grönland aufmerksam geworden. Ein Großteil ihrer Nahrung besteht aus Seefischen, die besonders reich an Omega-3-Fettsäuren sind.

Es ist wichtig dem Körper ausreichend und regelmäßig mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäuren über die Nahrung zuzuführen.

2 Kapseln Doppelherz Omega-3 Seefischöl 800 liefern 480 mg dieser Fettsäuren. Davon 288 mg EPA und 192 mg DHA.

- EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Diese positive Wirkung stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA ein.
- Vitamin E leistet einen Beitrag zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.

Zusammensetzung	pro Kapsel	pro Tagesportion (=2 Kapseln)	% NRV*
Seefischöl	800 mg	1600 mg	**
darin enthalten die Omega-3-Fettsäuren EPA/DHA davon	240 mg	480 mg	
Eicosapentaensäure (EPA)	144 mg	288 mg	
Docosahexaensäure (DHA)	96 mg	192 mg	
Vitamin E	12 mg $\alpha$ -TE	24 mg $\alpha$ -TE	200 %

\* Nährstoffbezugswerte gemäß EU-Verordnung 1169/2011

\*\* keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

#### Verzehrempfehlung:

Täglich 1–2 Kapseln mit etwas Flüssigkeit zu einer Mahlzeit unzerkaut einnehmen.

#### Hinweis:

Nicht für Kinder unter 12 Jahren geeignet.



  
**Queisser**  
 PHARMA  
 Schleswiger Str. 74  
 24941 Flensburg  
 DEUTSCHLAND  
 www.doppelherz.de