

OMEGA-3 premium

Výživový doplnok s vysokou dávkou omega-3 prémiovej kvality pre zdravé srdce, mozog a zrak. Znižuje riziko vzniku srdcovej príhody, pôsobí pri zvýšenom krvnom tlaku, srdcových arytmiách a trombózach. Napomáha pri stavbe a udržiavaní silných kostí a zdravých zubov, kože a vlasov. Posilňuje imunitný systém a znižuje hladinu cholesterolu.



ADAMPHARM

OMEGA-3 premium

Omega 3 mastné kyseliny sú pre organizmus dôležité mastné kyseliny nachádzajúce sa v rybách. Sú známe svojim spomaľujúcim účinkom na starnutie ľudského mozgu. Pre ženy je podstatné, že sú to "správne" tuky, ktoré pomáhajú pri chudnutí tým, že počas cvičenia zlepšujú prúdenie krvi do svalov. Omega-3 sa neukladajú v organizme, ale predstavujú čistý zdroj energie pre zdravý organizmus.

DHA (kyselina dokosahexaenová) je esenciálna mastná kyselina zo skupiny omega-3 mastných kyselín, ktorá sa prirodzene vyskytuje v rybom oleji a v niektorých riasach. Esenciálna sa jej hovorí preto, že sa jedná o látku nevyhnutnú pre náš organizmus. Ten si ju však nedokáže vytvoriť sám a jediným zdrojom tejto kyseliny je potrava. Dostatočný príjem omega-3 mastných kyselín si zaistíte pravidelnou konzumáciou rýb aspoň 3x týždenne alebo 4x počas tehotenstva. DHA prispieva k udržaniu správnej funkcie mozgu a dobrého zraku, spoločne s EPA prispievajú i k správnej funkcii srdca, pričom priaznivého účinku sa dosiahne pri dennom príjme aspoň 250 mg EPA a DHA.

EPA (kyselina eikosapentaenová) - patrí medzi esenciálne mastné kyseliny, konkrétne medzi omega-3 mastné kyseliny. Jej hlavnými zdrojmi sú tučné morské ryby (haringy, makrely, losos, sardinky), prípadne olej z nich. Nie je to však tak, že by tieto morské ryby EPA syntetizovali, v skutočnosti ho syntetizuje drobný planktón, ktorý je ich potravou. V telách morských rýb sa EPA koncentruje vo väčšom množstve, pretože sú na vyšších priečkach potravinového reťazca. Táto nenasýtená mastná kyselina sa prirodzene vyskytuje v rybom oleji, ktorý sa získava hlavne z čerstvej pečene niektorých druhov tresiek. Avšak vhodným zdrojom môžu aj samotné ryby.

EPA je prekurzorom niekoľkých látok, ktoré sú veľmi dôležité v ľudskej výžive, najmä mastné kyseliny dokosahexaenovej (DHA), prítomnosť EPA vyžadujú leukotriény, tromboxány a prostaglandíny, ktoré ovplyvňujú agregáciu krvných doštičiek v krvi. V organizme dochádza tiež k priamemu využitiu EPA, predovšetkým v kĺboch, vplyv ale môže mať aj na náladu. EPA pôsobí proti zrážanlivosti krvi, môže tiež redukovať bolesti a opuchy. Preto EPA užívajú často osoby postihnuté artrózou aj reumatoidnou artritídou. Ďalej podporuje zníženie hladiny cholesterolu, teda jeho "zlej" frakcie LDL, pozitívne pôsobí aj v prípade kardiovaskulárnych chorôb. Tu pôsobí na kvalitu ciev, má protizápalový efekt. Je dôležitá pre správnu činnosť bunkových stien, oka a nervového systému.

Omega 3

- podporuje činnosť mozgu, srdca, imunitný systém a zdravé videnie
- podporuje psychickú výkonnosť
- podporuje pamäť a funkciu učenia, ktorá klesá s vekom
- pomáha znižovať hladinu tukov v krvi
- priaznivo ovplyvňuje krvnú zrážanlivosť
- znižuje zápalové procesy, môže pomáhať zmierňovať problémy pri postihnutí kĺbov

Vitamín E prispieva k ochrane buniek pred oxidačným stresom, ktorý vzniká nerovnováhou medzi voľnými radikálmi a antioxidanty.

Vitamín E - schválené zdravotné tvrdenia podľa platných nariadení EÚ:

- Prispieva k ochrane buniek pred oxidačným stresom, ak sa nachádza v jednej dávke aspoň 1,5 mg vitamínu E
- Odporúčané dávkovanie: užite 1 kapsulu denne pri jedle



ADAMPHARM