



# Omega 3 +

## Leinsamenöl mit essentiellen Omega-3, Omega-6 & Omega-9 Fettsäuren

### Zur Unterstützung eines gesunden Herz-Kreislauf-Systems

**Omega 3 +** besteht aus Leinsamenöl, welches aus den Samen des Flachs (Lein) gepresst wird. In England gibt es historische Belege dafür, dass Leinsamen vor 2.000 Jahren bereits als Nahrung diente. In vielen Ländern wird gemahlener Leinsamen schon seit 3.000 Jahren fortlaufend als Nahrung verwendet.

In Nordamerika wird Flachs seit 1793 hauptsächlich für seine Samen und die industrielle Produktion von Leinsamenöl angebaut. Sein therapeutischer Nutzen ist das Ergebnis von Forschungen über diätetische Fette und Öle, die in den frühen sechziger Jahren ihren Anfang nahmen. Damals begann die umfassende Förderung von ungesättigten Pflanzenölen als Ersatz für Nahrungsmittel mit hohem Cholesteringehalt, die als gesundheitsschädlich eingestuft wurden.

Physiologische und klinische Untersuchungen haben gezeigt, dass die Mehrzahl der westlichen Ernährungen einen Mangel an essentiellen Omega-3 Fettsäuren aufweisen.

Die meisten Fette sind nicht essentiell (absolut lebensnotwendig). Ohne bestimmte Fettsäuren können wir aber überhaupt nicht existieren: Sie sind Bausteine für hormonähnliche Substanzen, Eicosanoide genannt, mit der Untergruppe der Prostaglandine, die einen enormen Einfluss auf die Körperprozesse haben. Sie sind notwendig für die Erweiterung von Blutgefäßen (beugt Verhärtung der Arterien vor), Cholesterin-Stoffwechsel und gesunde Regulierung von Immun-, reproduktivem -, kardiovaskulärem - und Nervensystem.

Eicosanoide regulieren den Blutdruck und die Körpertemperatur, stimulieren die Hormonproduktion und sensibilisieren Nervenfasern, um nur einige Funktionen zu nennen.

Man findet die n-3 ungesättigten Fettsäuren sowohl in Fisch- als auch in Leinsamenöl.

Leinsamenöl ist eine der reichhaltigsten in der Natur vorhandenen Quellen von Alpha-Linolensäure.

### Bestandteile von Leinsamenöl

Leinsamenölanalysen haben einige Bestandteile identifiziert, die in unterschiedlichen Mengen auftreten. Die Hauptbestandteile von Leinsamenöl sind 50-60% Omega-3 Fettsäuren (Linolensäure), 15-18% Omega-6 Fettsäuren (Linolensäure), 15-20% Omega-9 Fettsäuren (Ölsäure), 3% gesättigte Fette (Stearin-, Laurin- und Palmitin-Säuren) und Spuren von Alpha-Tocopherol, Gamma-Tocopherol und Beta Carotin.

### Pharmakologie

Der Großteil der therapeutischen Eigenschaften des Leinsamenöls geht auf seinen hohen Anteil an n-3 ungesättigten Fettsäuren zurück. Diese sind allgemein üblich als "Omega-3" Fettsäuren bekannt und schließen u.a. auch Alpha-Linolensäure mit ein. Linolensäure wie auch Linolsäure werden als zwei der essentiellen Fettsäuren unter den Nahrungsmitteln eingestuft. Das heißt, dass der Körper unfähig ist sie zu produzieren und sie sich von einer Nahrungsquelle beschaffen muss. Linolensäure ist eine mehrfach ungesättigte Fettsäure.

### Therapeutische Anwendungen

#### Herzerkrankungen - Störungen der Blutviskosität

Viele Studien haben gezeigt, dass Öle die Omega-3 enthalten, eine Anzahl von nützlichen Wirkungen bei der Vorbeugung und Behandlung von koronarer Herzkrankheit haben können. Es hat sich herausgestellt, dass Omega-3 Fettsäuren Cholesterin-Ratio, Bluthochdruck, Triglyzeridwerte, Arteriosklerose (Plauebildung) und Herzrhythmusstörungen reduzieren können.

Einige Studien haben aufgezeigt, dass man, durch zusätzliche Mengen von Alpha-Linolensäure in der Nahrung, Blutplättchenansammlungen vermeiden und das Risiko von Schlaganfällen bei Menschen und Tieren reduzieren kann.

Alpha-Linolensäure kann auch Fettperoxide in Patienten mit koronaren Herzkrankheiten reduzieren.

## Verschiedene therapeutische Anwendungen

Alpha-Linolensäure und Gamma-Linolensäure, die im Körper aus Omega-6 Fettsäuren synthetisiert werden, schnitten in einer Versuchsreihe zur Vorbeugung und Behandlung von Migräne sehr erfolgreich ab. Die Teilnehmer berichteten von weniger heftigen und selteneren Kopfschmerzen und weniger Übelkeit und Erbrechen.

Omega-3 Fettsäuren können die Beschwerden Asthma-kranker lindern, oft bereits einige Tage nach Beginn der Anwendung mit Leinsamenöl-Kapseln.

Man hat herausgefunden, dass Omega-3 selektiv menschliche Krebszellen in Gewebekulturstudien abtöten konnte, ohne normalen Zellen zu schaden. Klinische Studien bestätigen das Potential von hohen Dosen Omega-3 um Tumorwachstum zu reduzieren.

Untersuchungen haben gezeigt, dass Omega-3 Fettsäuren erfolgreich bei der unterstützenden Behandlung von Arthritis und deren Vorbeugung eingesetzt werden können.

Verschiedene Doppelblindstudien zeigten, dass 2/3 der Patienten, bei Einnahme von Omega-3-reichen Ölen als Nahrungsergänzung, in der Lage waren ihre nicht-steroidalen Arzneimittel abzusetzen und weitere 20% konnten ihren Arzneiverbrauch reduzieren.

Nach regelmäßiger Anwendung von **Omega 3 +** kann eine gesteigerte Vitalität und Energiefreisetzung festgestellt werden.

Sportler bemerken, dass nach harten Trainingseinheiten die Muskulatur schneller regenerieren kann. Omega-3 Fettsäuren können zudem die Widerstandsfähigkeit steigern.

Leinsamenöl kann auch bei Diabetes vorteilhaft wirken, da es das Gewebe schützen und Schäden an den Herzgefäßen, Augen und Nieren einschränken kann. Dies ist durch die erhöhten Konzentrationen von n-3 Fettsäuren im Gewebe zu erklären.

Diabetes steht Untersuchungen zufolge u.a. im Zusammenhang mit einem Defizit an Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren, verstärkt noch bei einer zusätzlichen Unterversorgung mit Vitaminen und Mineralien.

Es hat sich gezeigt, dass Hautprobleme wie Schuppenflechte, Akne, Ekzeme sowie andere allergische Reaktionen und trockene Haut z.T. auf einen Omega-3 Mangel zurückzuführen sind.

**Omega 3 +** kann die Nieren dabei unterstützen Natrium und Wasser auszuschleiden. Wassereinlagerungen können in Form von geschwollenen Fußknöcheln, speziellen Arten von Übergewicht oder PMS auftreten.

Studien zufolge benötigen Mütter während der Schwangerschaft und Stillzeit einen erhöhten Omega-3 Spiegel für eine normale Gehirn- und Augenentwicklung ihrer Kinder.

Omega-3 Fettsäuren sind auch notwendig für die Gehirnfunktion bei Erwachsenen, für die Retina und die Spermienentwicklung.

Einige Formen der Sterilität, Fehlgeburten bzw. Frühgeburten können bei regelmäßiger Einnahme von Omega-3 Fettsäuren günstig beeinflusst werden.

Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt, dass 4 bis 10% der täglichen Kalorienaufnahme von Erwachsenen aus mehrfach ungesättigten Fettsäuren bestehen sollte.

### Jede Softgel-Kapsel **Omega 3 +** enthält:

<b>Leinsamenöl</b> ( <i>linum usitatissimum</i> )	1000 mg
<i>Typisches Fettsäurenprofil:</i>	
Omega-3 (Alpha-Linolensäure)	585 mg
Omega-6 (Linolsäure)	150 mg
Omega-9 (Ölsäure)	175 mg
andere Fettsäuren	90 mg

### Verzehrempfehlung für Erwachsene:

1 Kapsel täglich oder nach Bedarf mit einer Mahlzeit

Art.-Nr.: 11700

Inhalt: 60 Softgel-Kapseln

Für Bestellungen oder für weitere Informationen zu diesem Produkt oder der Vit-Produktreihe wenden Sie sich bitte an unsere Therapeuten, Behandler oder Vertriebspartner oder besuchen Sie unsere Webseite:

[www.sunsplash-europe.com](http://www.sunsplash-europe.com)

Oder kontaktieren Sie uns unter:

E-Mail: [info@sunsplash-europe.com](mailto:info@sunsplash-europe.com)

SunSplash Europe, Postbus 2664, NL-6401 DD Heerlen

Tel.: 0031 (45) 523 48 12 / Fax: 0031 (45) 523 48 13

### Ihr SunSplash - Vertriebspartner:



Dieses Produkt ist nur zum Gebrauch als Nahrungsergänzung für Erwachsene bestimmt! Falls Sie Fragen über die Ratsamkeit der Einnahme dieses Produktes haben, schwanger sind oder stillen, konsultieren Sie einen Arzt vor der Einnahme.

Der Verfasser erklärt hiermit ausdrücklich, dass es sich bei gegenständlicher Information um keine Produktempfehlung für Endverbraucher handelt, sondern ausschliesslich um eine Fachinformation für Therapeuten! Die Inhalte dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung von SunSplash International, Inc. kopiert, gedruckt oder veröffentlicht werden.

Schutzgebühr: 0,50 Euro