

# Leinöl, Sesamöl, Nachtkerzenöl und Sonnenblumenöl – unentbehrlich für Ihre Gesundheit

Das Nahrungsergänzungsmittel Omega Plus 3+6+9 enthält Leinöl, Sesamöl, Nachtkerzenöl und Sonnenblumenöl in ausgewogenem Verhältnis und aus kontrolliert biologischem Anbau. Die im Produkt enthaltenen ungesättigten Fettsäuren haben zahlreiche günstige Wirkungen auf das Herz-Kreislauf-System (u.a. Blutdruck, Blutfette, Herzinfarkt), auf das Immunsystem (u.a. Entzündungen, Rheuma, Psoriasis, Neurodermitis) und sind in der Schwangerschaft und Stillzeit sowie in der Wachstumsphase besonders wichtig. Der Wert des Produktes liegt in seiner Funktion als wesentlicher Baustein der Zellmembran, seiner Beteiligung bei der Entwicklung des Gehirns und Nervensystems und bei der Regulation des Immunsystems.

## Die Bedeutung der Fettsäuren

Die in der Nahrung vorkommenden Fettsäuren werden in gesättigte, einfach ungesättigte und mehrfach ungesättigte Fettsäuren eingeteilt. Gesättigte Fettsäuren (z.B. Palmitinsäure) findet man in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch-, Wurstwaren und Butter und in Palmkern- und Kokosfett. Einfach ungesättigte Fettsäuren (Omega 9) kommen im wesentlichen in Pflanzenöl vor. Olivenöl und Rapsöl sind reich an Ölsäure, einer einfach ungesättigten Omega-9-Fettsäure. Die mehrfach ungesättigten Fettsäuren werden in Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren eingeteilt. Im Gegensatz zu gesättigten und einfach ungesättigten Fettsäuren können Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren vom menschlichen Organismus nicht selber gebildet werden, müssen also mit der Nahrung zugeführt werden.

## Vorkommen in Nahrungsmitteln

Mehrfach ungesättigte Fettsäuren kommen natürlicherweise in Kaltwasserfischen (z.B. Makrele und Hering) und Pflanzenölen, insbesondere Leinöl, vor, finden sich aber auch in Algen, Farnen und Moosen.

## Fischöl oder pflanzliches Öl?

Die Einnahme von Fischölen kann vom Geschmack her unangenehm sein! Überdies gibt es zunehmende toxische Belastungen (Dioxine, Quecksilber, PCBs), denen Fische in den Weltmeeren ausgesetzt sind. Deshalb haben wir uns für ein pflanzliches Produkt entschieden.

## Verhältnis von Omega-3- zu Omega-6-Fettsäuren

Die dänischen Wissenschaftler Bang und Dyerberg stellten in Studien an Eskimos in Grönland fest, dass diese deutlich bessere Blutfettwerte aufweisen als der Durchschnittseuropäer. Obwohl sich die Eskimos durch einen hohen Fleisch- bzw. Fischverzehr relativ fett- und cholesterinreich ernähren, haben sie statistisch gesehen eine drastisch verringerte Herzinfarktrate von 7% im Vergleich zu Westeuropäern mit 50%. Die Ursache hierfür liegt in der traditionellen Eskimoernährung, die einen sehr hohen Anteil an Omega-3-Fettsäuren (Fisch, Walffleisch und Robben) aufweist. Das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren in der Nahrung der Eskimos liegt bei etwa 1 : 1, bei der europäischen und amerikanischen Bevölkerung bei ca. 20 bis 50 : 1. Neben Herz-Kreislauf-Erkrankungen treten auch Erkrankungen wie Asthma, Rheuma oder Psoriasis bei den Eskimos im Vergleich zu

Bevölkerungsgruppen westlicher Industrienationen viel seltener auf. Nicht zuletzt aufgrund der obigen Tatsachen haben wir das Verhältnis von Omega-3- zu Omega-6-Fettsäuren im neuen Produkt auf 2,5 : 1 festgelegt. Die ebenfalls enthaltene Omega-9-Fettsäure (Ölsäure) ist in der Nahrung oft unzureichend vorhanden und wirkt sich günstig auf den Fettstoffwechsel aus.

## Symptome und Folgen bei einem Mangel an ungesättigten Fettsäuren

- Schwangerschaft/Stillzeit: Eine prä- und postnatale Unterversorgung mit Omega-3-Fettsäuren führt beim Säugling zu Störungen der geistigen Entwicklung, des Sehvermögens und zu Wachstumsretardierung. Auch das Risiko für Schwangerschaftskomplikationen ist erhöht.
- Kinder/Heranwachsende: Konzentrations-, Lern-, Verhaltens- und Wachstumsstörungen
  - Erhöhte Neigung zu Allergien
  - Depressionen, Senilität
- Haut: trockene, schuppige Haut, Ekzeme, entzündliche Hautläsionen
  - Herz-Kreislauf-System: erhöhte kardio-vasculäre Morbidität und Mortalität
  - Immunsystem: erhöhte Infektanfälligkeit
  - Muskelschwäche, nicht-entzündliche Nervenerkrankungen (Neuropathien)

## Anwendungsgebiete des Nahrungsergänzungsmittels Omega Plus 3+6+9

- Chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED)
- Diabetes mellitus
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Bluthochdruck
- Multiple Sklerose
- Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises
- Psoriasis (Schuppenflechte)
- Neurodermitis
- Akne
- Migräne
- Krebs und Krebsprävention
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Hyperaktivität
- Demenz vom Alzheimer-Typ (DAT)
- Schizophrenie
- IgA-Nephropathie
- Transplantationsmedizin

## Zusammensetzung:

Leinöl 436,4 mg  
Nachtkerzenöl 17,2 mg

Sesamöl 32,3 mg  
Sonnenblumenöl 8,9 mg

**Wichtig:** Die Wirkungen der ungesättigten Fettsäuren (besonders der Omega-3-Fettsäuren) treten generell mit einer gewissen Verzögerung ein, da diese zunächst umgebaut und in die Zellmembran eingebaut werden müssen. Der Einbau in die Zellmembran ist jedoch reversibel! Um einen therapeutischen Effekt zu erzielen, ist daher grundsätzlich nur eine langfristige und regelmäßige Einnahme sinnvoll. Wir empfehlen Omega Plus 3+6+9 mit den Nahrungsergänzungsmitteln Zellschutz-Komplex, Vitamin-C-Komplex und Vitamin E ImmunPlus zu kombinieren. Wir bitten Sie, das Produkt im Kühlschrank zu lagern!

**Verzehrempfehlung:** 3 x 2 Kapseln pro Tag

**Doseninhalt:** 120 Kapseln

Weitere Informationen und Studienergebnisse auf [www.allvital.com](http://www.allvital.com)

