



# Seefischöl Omega-3 1000mg

+Folsäure+B<sub>1</sub>+B<sub>6</sub>+B<sub>12</sub>

*lactose- &  
glutenfrei*

## Hoher Gehalt an Omega-3-Fettsäuren (180 mg EPA + 120 mg DHA). EPA und DHA für die Herzfunktion

Ausreichende Bewegung und gesunde Ernährung sind wichtige Bestandteile einer herzgesunden 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 Eskimos in Grönland aufmerksam geworden. Ein Großteil ihrer Nahrung besteht aus Seefischen, die besonders reich an Omega-3-Fettsäuren sind.

Daher ist es wichtig, dem Körper ausreichend und regelmäßig diese wichtigen, mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren über die Nahrung zuzuführen. Aber nicht jeder kann und mag mindestens 2-mal die Woche Fisch essen.

Die wichtigen Vertreter der **Omega-3-Fettsäuren** sind die **Docosahexaensäure (DHA)** und die **Eicosapentaensäure (EPA)**, die in hoher Konzentration nur in bestimmten Seefischen vorkommen.

Die Kapseln von Doppelherz enthalten Seefischöl, welches zu **30 % aus Omega-3-Fettsäuren** besteht.

1 Kapsel Doppelherz Seefischöl Omega-3 1000 mg + Folsäure + B<sub>1</sub> + B<sub>6</sub> + B<sub>12</sub> liefert bereits 180 mg EPA und 120 mg DHA. EPA und DHA spielen eine Rolle für die normale Herzfunktion.

Die Omega-3-Kapseln von Doppelherz enthalten neben 1000 mg Seefischöl die wasserlöslichen Vitamine Folsäure, Vitamin B<sub>1</sub>, B<sub>6</sub>, B<sub>12</sub> und das fettlösliche Vitamin E.

**Folsäure trägt wie Vitamin B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub> zu einem normalen Homocysteinstoffwechsel bei.**

Normale Homocysteinspiegel spielen für die Gesundheit eine Rolle.

**Vitamin B<sub>1</sub> – auch Thiamin genannt – trägt zur normalen Herzfunktion bei.**

Die Vitamine B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub> leisten einen Beitrag zur Bildung der **roten Blutkörperchen, welche für den Sauerstofftransport im Körper sorgen.**

Die Folsäure und die Vitamine B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub> tragen auch zur normalen Funktion des Immunsystems bei.

Vitamin B<sub>1</sub> und Vitamin B<sub>6</sub> unterstützen die normale Funktion des Nervensystems.

**Das Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.**

### Eine Kapsel enthält:

1000 mg Seefischöl (180 mg Eicosapentaensäure, 120 mg Docosahexaensäure), 300 µg Folsäure, 1,1 mg Vitamin B<sub>1</sub>, 3 mg Vitamin B<sub>6</sub>, 3 µg Vitamin B<sub>12</sub>, 10 mg Vitamin E

### Verzehrempfehlung:

Täglich 2 Kapseln mit etwas Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

### **Sinnvolle Kombination + gute Qualität**

Die eingesetzten Rohstoffe unterliegen einer sehr umfangreichen Qualitätskontrolle. Spezielle Verarbeitungsschritte sorgen zudem dafür, dass ein Öl von hoher Reinheit erreicht wird. Für die Herstellung von Doppelherz Seefischöl Omega-3 1000 mg +Folsäure + B<sub>1</sub> + B<sub>6</sub> + B<sub>12</sub> wird nur rückstandskontrolliertes Seefischöl, das unseren hohen Qualitätsstandards entspricht, eingesetzt.



**Queisser**  
PHARMA

GmbH & Co. KG  
Schleswiger Str. 74  
24941 Flensburg