



# 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 + DHA als Beitrag für die normale  
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 Inuit 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 wertvollen, 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