



## **Omega-3-Perilla - Das erste rein pflanzliche Omega-3**

Omega-3-Perilla ist das erste rein pflanzliche Omega-3-Öl, das wir Ihnen anbieten können - und darauf sind wir mächtig stolz. Denn endlich können auch z. B. alle die keinen Fisch essen (hier findet man nämlich sonst die Omega-3-Fettsäuren) diese lebensnotwenige Substanz konsumieren.

Diese Möglichkeit bietet eine Pflanze namens "Perilla frutescens". Die Perilla Pflanze gehört zur Familie der Lippenblütengewächse (Lamiaceae) und ist in Ost- und Südostasien heimisch, wo sie sich einer grossen Anhängerschaft erfreut. Denn dort ist sie seit langem nicht nur eine populäre Kultur- und Gewürzpflanze, sondern auch ein äusserst beliebter Nahrungsmittelzusatz.

Die Bezeichnung "Omega-Perilla" verdankt die Perilla Pflanze ihren Inhaltsstoffen. Aus dem Perillasamen lässt sich nämlich ein Öl gewinnen, das einen enorm hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren aufweist - insbesondere die essentielle Alpha-Linolensäure, das pflanzliche Omega-3. In keiner anderen Pflanze kommt Omega-3 in einer so hohen Dosis vor wie in der Perilla frutescens (bis zu 60%). Und das ist gut so - denn Omega-3 ist für uns Menschen ganz wichtig.

Da wir diese essentielle Fettsäure nicht selber herstellen können, sind wir auf die Zufuhr über die Nahrung angewiesen. Die bekannteste Omega-3-Quelle ist Fisch (z. B. Lachs, Hering, Makrele, Thunfisch). Diese Seefische enthalten die beiden Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA). Zwei Omega-3-Fettsäuren? Ja! Omega-3-Fettsäuren sind nämlich eine Gruppe von mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Und die wichtigsten sind EPA und DHA und - weil Abkürzungen so schön sind kommt noch eine - ALA. ALA ist die Alpha-Linolensäure, die in der Perilla Pflanze - in Hülle und Fülle - zu finden ist. Und jetzt kommt das Tolle: Der menschliche Organismus kann aus der pflanzlichen Alpha-Linolensäure die Fischölfettsäuren EPA und DHA selber bilden. Man muss ALA nur noch konsumieren. Allerdings ist dabei zu berücksichtigen, dass die

sogenannte Wechselrate zwischen ALA und EPA bzw. DHA rund 10% beträgt. Wir benötigen daher die 10-fache Menge von ALA um die individuell gewünschte Zuführung von EPA und DHA zu erreichen.

Mit unseren ersten rein pflanzlichen Omega-3-Öl-Softgels ist das kein Problem. Zudem stellen sie eine tolle Alternative zu den Fischölkapseln dar, wenn z. B. das "fischige Aufstossen" nicht Ihre Sache ist - oder Sie Bedenken bei den "Belastungen aus dem Meer" haben. So - und wofür sind die Omega-3-Fettsäuren jetzt so wichtig? Nun, sie sind für uns Menschen lebensnotwendig, weil sie u. a. die Rohstoffe für unsere Prostaglandine darstellen. Diese wiederum sind körpereigene Substanzen mit den unterschiedlichsten Aufgaben. Omega-3-Fettsäuren sind auch wichtige Helfer im gesamten Fettstoffwechsel. In höheren Verzehrsmengen (250 mg pro Tag) tragen EPA und DHA zu einer normalen Herzfunktion bei. Darüber hinaus trägt DHA mit der gleichen täglichen Verzehrmenge (250 mg) zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion und der normalen Sehkraft bei.

Unsere Verzehrempfehlung (2 Softgels) enthalten 1000 mg reines Perillaöl.

Verzehrempfehlung: Bitte verzehren Sie täglich morgens und abends jeweils 1 Softgel mit ausreichend Flüssigkeit.

Diabetikerinformation: 2 Softgels (= empfohlene tägliche Verzehrmenge) enthalten 0,01 Broteinheiten.

Hinweis: Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie einer gesunden Lebensweise verwendet werden.

Inhalt: 240 Softgels

Artikelnummer: 1779