



Pflanzliche Omega-3-Fettsäure ALA senkt Risiko für Herzinfarkt und Co. – Dem Wirkungsmechanismus auf der Spur

Von *Navitum*

Erstellt am 13 Okt 2011 - 16:27

In unterschiedlichen Forschungsarbeiten wurde immer wieder über die kardioprotektiven (Herz schützenden) Eigenschaften der pflanzlichen Omega-3-Fettsäure alpha-Linolensäure (ALA) berichtet. In den Studien wurde die Wirkung von ALA auf die Vorbeugung von koronarer Herzerkrankung und plötzlichem Herztod untersucht. Zusammenfassend zeigen die Studien ein recht eindeutiges Ergebnis: Der regelmäßige Verzehr von pflanzlichen Ölen mit einem hohen Anteil an ALA kann sich positiv auf die Herzgesundheit auswirken und hat Herz schützende Effekte. Gegenstand aktueller Forschung sind Fragestellungen nach der Ursache der schützenden Wirkung von ALA und auch, ob der Nutzen von ALA noch nachgewiesen werden kann, wenn bereits eine Erkrankung vorliegt.

Schon vor einigen Jahren haben Forscher nachgewiesen, dass ALA aus Leinöl sich positiv auf den Blutdruck auswirkt. Da hoher Blutdruck bekanntlich ein wesentlicher Risikofaktor für Herzinfarkt und Co. ist, könnte der Blutdruck senkende Effekt von ALA eine der Ursachen für die positive Wirkung von ALA sein. Aber sicher nicht die einzige. Seitdem wir wissen, dass entzündliche Prozesse, die sich in den Gefäßen abspielen, eine ganz wesentliche Ursache für Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems sind, konzentriert sich die Forschung auf die entzündungshemmenden Eigenschaften von ALA. Zwei kürzlich erschienene Forschungsarbeiten aus den USA und der Schweiz zeigen, dass ALA auf unterschiedlicher Ebene in das biomolekulare Geschehen in den Gefäßen positiv eingreift. Zum einen vermindert es die Konzentration von Entzündungsmarkern in den Gefäßen und zum anderen hemmt es auf biomolekularer Ebene die Verklumpungsneigung des Blutes. Beide Wirkungen zusammen sorgen dafür, dass sich weniger Blutgerinnsel bilden und diese sich auch nicht so gut an einer weniger entzündeten Gefäßwand anhaften können. Also führen die verschiedenen Wirkungen von ALA letztlich dazu, dass die Blutgefäße nicht so schnell verstopfen können. Damit wäre das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall deutlich gesenkt. ALA ist eine rein natürliche pflanzliche Omega-3-Fettsäure aus Leinöl, die aus ernährungsphysiologischer und medizinischer Sicht unbedingt zum Bestandteil der täglichen Ernährung gemacht werden sollte. Nun enthält Leinöl leider Geschmackstoffe, die den direkten Verzehr für viele nicht gerade zu einem kulinarischen Vergnügen machen. Zudem ist es sehr empfindlich und die wertvolle Omega-3-Fettsäure ALA kann durch Lagerung leicht zerstört werden. Deshalb ist es sinnvoll auf speziell aufbereitetes Leinöl zurückzugreifen. In einem patentierten Verfahren ist es Pharmazeuten aus Deutschland gelungen, hochgereinigtes Leinöl mit einem hohen Anteil an ALA in den leicht zu schluckenden Vegicaps herzustellen. Vegicaps sind vollständig auf pflanzlicher Basis hergestellte Weichkapseln, die das empfindliche Leinöl bestens schützen. Jede Vegicap OmVutum® enthält 500mg hoch gereinigtes Leinöl mit etwa 300mg ALA. Es wird zur Versorgung des Körpers mit ALA der Verzehr von täglich 3 Vegicaps OmVutum® empfohlen. OmVutum® als ergänzend bilanzierte Diät zur diätetischen Behandlung von Arteriosklerose und bei erhöhten Entzündungswerten ist damit bestens zur Vorbeugung von Erkrankungen der Herz-Kreislaufsystems geeignet. OmVutum® als Monatspackung (PZN 4604189) oder als günstige 3-Monatspackung (PZN 0262160) oder 6-Monatspackung (PZN 0262177) ist über Apotheken, auch Internetapotheken, Praxis parallele Gesundheitszentren oder direkt von der Firma beziehbar. Bei Bezug via Apotheke sollte darauf hingewiesen werden, dass OmVutum® wegen der einzigartigen Zubereitung nicht durch andere, scheinbar ähnliche Produkte ausgetauscht werden sollte, die in der Apotheke vorrätig sind. Jede Apotheke kann OmVutum® ohne Zusatzaufwand direkt bei Navitum Pharma versandkostenfrei beziehen. Sollte eine Apotheke diesen Service einmal nicht anbieten können, kann der Kunde das gewünschte Produkt auch direkt von der Firma versandkostenfrei bestellen. Weitere Informationen sind unter www.navitum-pharma.com [1] oder 0611-58939458 verfügbar. Sie können Navitum auch auf <http://blog.navitum.de/> [2] besuchen. Dort sind weitere interessante Hintergrundinformationen zu Gesundheitsthemen abgelegt.

Quelle : Dai J, et al. Am J Clin Nutr. 2010 Jul;92(1):177-85. Epub 2010 May 12.; Holy EW, et al.; Arterioscler Thromb Vasc Biol. 2011 Aug;31(8):1772-80. Epub 2011 May 12.; Landmark K. et al. Tidsskr Nor Laegeforen. 2006 Nov 2;126(21):2792-4.; Paschos GK, et al. Eur J Clin Nutr. 2007 Jan 31;

Navitum Pharma GmbH
Dr. Gerhard Klages



Am Wasserturm 29

65207 Wiesbaden

Tel: 0611-58939458

FAX: 0611-9505753

E-Mail: Gerhard.Klages@navitum.de [3]

Web: www.navitum-pharma.com [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am *31 Dez 2020 - 00:33*): <http://medkom24.eu/node/15255>

Links:

[1] <http://www.navitum-pharma.com>

[2] <http://blog.navitum.de/>

[3] <mailto:Gerhard.Klages@navitum.de>