



Spezielles Leinöl in Kapseln ist reich an Omega-Fettsäuren - Nutzen für die Gesundheit gut belegt

Von Navitum

Erstellt am 8 Apr 2013 - 14:37

Omega-3-Fettsäuren aus Pflanzenölen sind für ihren gesundheitlichen Nutzen allgemein bekannt. Deshalb ist es sinnvoll bei der täglichen Ernährung darauf zu achten, dass die Nahrungsmittel reich an diesen ungesättigten Fettsäuren sind, da sie vom Körper nur ungenügend oder auch gar nicht hergestellt werden können. Eine dieser Omega-3-Fettsäuren, die der Körper nicht selbst herstellen kann und nur in Pflanzenölen vorkommt, ist die Alpha-Linolensäure, kurz auch ALA genannt.

ALA ist eine essentielle Fettsäure, die der Körper nicht selbst herstellen kann. Sie muss ähnlich wie die Vitamine täglich mit der Nahrung aufgenommen werden. Gute Quellen für ALA sind beispielsweise Leinöl und Rapsöl. Wird der Körper nur ungenügend mit ALA versorgt, so können gesundheitliche Probleme auftreten, die sich in vielfältiger Weise äußern können. Beschrieben sind Arterienverkalkung, entzündliche Gelenkerkrankungen, Knochenprobleme, Hautalterung, Asthma, Diabetes und eine Minderung der Leistungsfähigkeit des Nervensystems. Umgekehrt kommt es bei ausreichendem Verzehr von ALA zu positiven gesundheitlichen Effekten. Herz schützende Effekte, die Senkung von schädlichen Entzündungsreaktionen, der Aufbau von Knochenmasse und regulierende Einflüsse auf das Nervensystem sind beschrieben. So ist es wichtig, auf eine ausreichende Aufnahme von ALA zu achten. Von den bekannten Pflanzenölen hat Leinöl mit Abstand den höchsten Anteil an gesundem ALA. Es ist also gesundheitlich sinnvoll, Leinöl zum Bestandteil der täglichen Ernährung zu machen. Leider enthält Leinöl Geschmackstoffe, die nicht jeder mag. Zudem ist es sehr empfindlich und die wertvollen Fettsäuren können leicht zerstört werden. Deshalb ist es sinnvoll auf speziell aufbereitetes Leinöl in Kapseln zurückzugreifen. Hochgereinigtes Leinöl mit einem hohen Anteil an ALA in leicht zu schluckenden, rein vegetarischen Kapseln sind als OmVikum® im Handel. OmVikum® ist eine ergänzend bilanzierte Diät zur diätetischen Behandlung von Arteriosklerose, dem Vorläufer von Herzinfarkt und von Entzündungen. OmVikum® als Monatspackung (PZN 4604189), als günstige 3-Monatspackung (PZN 0262160) oder 6-Monatspackung (PZN 0262177) können direkt bei der Firma oder bequem über diesen Link http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1 [1] bei Amazon bestellt werden. Auch über Apotheken ist OmVikum beziehbar.

Neu: Jetzt ist Navitum auch auf facebook (<http://facebook.de/navitum> [2]) vertreten.

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-18843740 oder 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: bestellung@navitum.de [3]

Web: www.navitum-pharma.com [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:04): <http://medkom24.eu/node/17551>

Links:

[1] http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1

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

[3] <mailto:bestellung@navitum.de>

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



Spezielles Leinöl in Kapseln ist reich an Omega-Fettsäuren - Nutzen für die Gesundheit gut belegt

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://medkom24.eu>)
