



So können Sie den Omega-3 Gehalt in Pflanzenöl, Fischöl und Krillöl wirklich vergleichen

Auf den ersten Blick scheint es umständlich, Omega-3 mit Omega-3 aus einer anderen Gruppe zu vergleichen. Wie überall im Leben heißt es: Gewusst wie, schon gestaltet sich die Informationssuche übersichtlich. Zunächst das »Formel-Monstrum«, über das sich vermutlich nur geneigte Mathematiker freuen: Die grundsätzliche Formel lautet »Öl-Menge x ALA-Anteil x delta-6-Desaturase-Faktor = EPA/DHA-Menge«. Keine Angst, wir erklären Ihnen sofort, wie sie es »dechiffrieren«. Nehmen wir als Beispiel einen Esslöffel Walnussöl. Ölmenge also 12 Gramm. Dieses pflanzliche Öl besitzt - laut Etikettierung - 13% ALA, mit dem Umrechnungsfaktor von geschätzt 20% reduziert nun das Omega-6 das Enzym delta-6-Desaturase. Es ergibt sich die Rechnung $12 \text{ Gramm (Menge)} \times 13 \% \text{ (ALA)} \times 1 \% \text{ (Omega 6)} \times \text{delta-6-Desaturase} = 0,00312 \text{ g}$. Ernüchterndes Ergebnis: Die Ausbeute an langkettigem Omega-3 beträgt gerade mal 3,12 Milligramm - abhängig vom persönlichen Alter und der entsprechenden Wandelfähigkeit nicht selten weniger. Für die empfohlene Tagesmenge von 250 mg EPA/DHA bräuchten Sie demnach 80 Esslöffel Walnussöl - guten Appetit! [Positive Wirkung wird erzielt bei einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA].

Quantität gegen Qualität: 1 Kapsel Krillöl = 4,5 Liter Walnussöl - Pflanzenöl vs. Krillöl

Demgegenüber steht die Ausbeute der wertvollen Stoffe mit nachhaltig gewonnenem Krillöl. Das langkettige Omega-3 auf der Basis von Krillöl direkt aus der Antarktis entspricht dem von 4,5 Litern Walnussöl. Nicht nötig also, sich selbst förmlich zu überschwemmen. Ganz ehrlich, diese Unmenge schaffen Sie nicht mal mit handelsüblichem Mineralwasser. Wie also sollte das in Form von Öl funktionieren? Und sind Sie sich nicht genauso sicher wie wir, dass Sie ihrem Körper damit mehr schaden als helfen würden? Die komprimiertere Variante mit Omega 3 aus mit einzigartigem Krillöl-Komplex das für Mega-Rot unmittelbar beim Fang schockgefrostet wird, dadurch die Haltbarkeit der Inhaltsstoffe höchst effektiv bewahrt, ist unserer Meinung nach weitaus sinnvoller. Einfach ausgedrückt, wenn Sie eine Schraube brauchen, kaufen Sie auch nicht einen ganzen Werkzeugschrank. Die Schraube, mit der Sie ihre Gesundheit sinnvoll justieren, heißt Mega-Rot mit EuphaMAX-Schutz.

Und wie viel Omega 3 sollten und dürfen Sie überhaupt zu sich nehmen?

Die verantwortlichen und gesundheitssicheren Richtwerte kommen von der EFSA, der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit. Die empfiehlt grundsätzlich die tägliche Einnahme von mindestens 250 mg EPA/DHA. Das entspricht, wie aufgezeigt, entweder einer »Öl-Schwemme« oder aber wenigen und vor allem tatsächlich wirkungsvollen Krillöl Kapsel wie Mega-Rot von Dr. Hittich. Insgesamt ist die Aufnahme von bis zu 5.000 mg laut EFSA für die Durchschnittsbevölkerung unbedenklich. Dieser Wert gilt für den Normalmenschen als obere Grenze, bis zu der das Blutungsrisiko nicht erhöht ist. Wie bei allen Dingen des Lebens gilt: Übertreiben bringt keinen Nutzen; übermäßige Stoffe scheidet der Körper einfach aus. Letztlich ist es der entspannte Weg, wenn Sie auf Mega-Rot, in EuphaMAX-Qualität mit einzigartigem Krillöl-Komplex direkt aus der Antarktis setzen. Umso angenehmer, als diese Nahrungsergänzung Ihnen nachvollziehbare Werte und Angaben bietet, außerdem ausschließlich Naturprodukte - sowohl bei den wertvollen Inhalten wie auch der Umhüllung angewendet werden. Bekömmlichkeit und Nutzen gehen bei Dr. Hittich Hand in Hand.

www.drhittich.de
<https://www.facebook.com/hittich>
<https://plus.google.com/+Drhittich-Gesundheitsmittel/videos>
<http://www.youtube.com/user/drhittich>
<http://vimeo.com/drhittich>
<http://dr-hittich.tumblr.com/>

Pressekontakt

GP Health Products B.V.

Herr Carsten Schlink
Roda JC Ring 41
6466 Kerkrade

drhittich.de
gesundheitsinformationen@drhittich.de

Firmenkontakt

GP Health Products B.V.

Herr Carsten Schlink
Roda JC Ring 41
6466 Kerkrade

drhittich.de
gesundheitsinformationen@drhittich.de

Dr. Hittich Gesundheits-Mittel tragen gezielt und effizient zu einer bewussteren, gesunden Ernährung bei. Mit dem Produkt Mega-Rot® können Verbraucher durch den enthaltenen, hochwertigen Krillöl-Komplex einen essenziellen Omega-3 Mangel schnell und einfach entgegensteuern. Enthalten sind ausschließlich das wertvolle, langkettige Omega-3. Das Produkt kann direkt beim Entwickler und Hersteller online bezogen werden. Der Biochemiker, Gründer und Leiter der Dr. Hittich Gesundheitsmittel unter dem Dach der GP Health Products B.V. mit Hauptsitz im niederländischen Kerkrade, ist spezialisiert auf Nahrungsergänzungserzeugnisse, mit denen dem Körper überlebenswichtige ungesättigte Fettsäuren gereicht werden. Seit über 20 Jahren gehört Dr. Hittich zur Riege führender Entwickler und Anbieter natürlicher und hochwertiger Gesundheitsmittel.