



Coenzym Q10

"Herzwunder" Coenzym Q10

Zellenergie für mehr Vitalität

Fachleute auf der ganzen Welt haben versucht herauszufinden, warum bestimmte Menschen viel mehr "Lebensenergie" in sich haben als andere. Manche lassen niemals einen Tag Arbeit ausfallen, haben viel Energie für Ihr Sozial- und Liebesleben und machen so bis ins hohe Alter weiter.

Was für einen Spezialtreibstoff haben diese Menschen in ihren Zellen? Und warum laufen wir nicht alle auf hohem Oktan? Gibt es einen Nährstoff, der manche Menschen gesünder und jugendhafter erscheinen lässt als andere?

Wissenschaftler haben etwas sehr fundamentales, über die Art und Weise wie unser Körper funktioniert, entdeckt.

Wir wissen gegenwärtig - ohne ein Quäntchen Zweifel - dass eines der "fehlenden Nährstoffe" im Zentrum des Lebens eine Substanz ist die Coenzym Q10 heißt. Sie haben vielleicht schon über Coenzym Q10 gelesen, aber dies ist erst der Anfang einer Revolution in den Ernährungswissenschaften!

Intensiv erforscht wurde das Coenzym Q10 schon in den 50er Jahren durch den texanischen Wissenschaftler K. Folkers. Er entdeckte die lebenswichtige Rolle, die das Coenzym für die optimale Energieproduktion und -versorgung in den Organen (vor allem im Herzen) spielt sowie seine außergewöhnlichen antioxidativen Fähigkeiten, wodurch der Organismus vor zellzerstörenden Schäden durch aggressive Moleküle - freie Radikale - geschützt wird.

Diese Schäden werden heute als Hauptursache für viele gesundheitliche Störungen angesehen die mit dem Alterungsprozess verstärkt auftreten. Freie Radikale gelten z.B. auch als Auslöser von Krebserkrankungen.

Bis vor Kurzem dachte man, dass Coenzym Q10 lediglich ein kraftvolles Antioxidanz ist, aber man hatte keine Ahnung, dass dieses CoQ10 eines der Grundbrennstoffe für das Leben schlechthin ist.

Menschen mit Herzbeschwerden leiden häufig unter einem Mangel an CoQ10.

Obwohl unser Körper gewisse Mengen an CoQ10 produziert, sinken die Werte ab einem gewissen Alter drastisch ab. Sobald man um die 50 ist, beinhalten die Zellen teilweise nur noch die Hälfte der Menge an CoQ10 welche man im Alter von 21 hatte.

Außerdem kann sowohl geistiger als auch körperlicher Stress den Blutpegel von diesem wichtigen Nährstoff senken.

Bei Frauen kann der CoQ10 Pegel zusätzlich durch den Eintritt in die Wechseljahre rapide abfallen.

Coenzym Q10 - eines der wichtigsten Gesundheits-Nährstoffe für:

- ✓ ein leistungsfähigeres Herz
- ✓ gesunden Blutdruck und gesunde Cholesterinwerte
- ✓ bessere Abwehrkräfte
- ✓ hochwertigen Antioxidanzschutz
- ✓ gesteigerte Energie

Die Vorteile von ausreichend Coenzym Q10 im Blut

Sobald Sie einen guten Pegel an CoQ10 im Blut haben, sollten Sie mehr Energie bei der Ausübung von Tätigkeiten, die Ihnen Spaß machen, spüren.

Aber die Unterschiede, die Sie feststellen werden, sind noch ausschlaggebender:

- Ihr Herz wird den Brennstoff haben, um stärker und effizienter schlagen zu können.
- Ihr Kreislauf sollte sich verbessern.
- Sie werden über denjenigen Nährstoff verfügen, den sie am meisten benötigen, um gesunden Blutdruck und gesunde Cholesterinwerte zu unterstützen.

Fachleute auf der ganzen Welt wissen heute CoQ10 zu schätzen. In Japan gehören CoQ10-Präparate zu den 6 meistverwendeten Supplementen; Millionen Amerikaner nehmen CoQ10 täglich als Herzschutz und Antioxidant. Auch in Europa hat CoQ10 in den letzten Jahren eine berechtigte Verbreitung gefunden. Dazu haben informative und vielgelesene Bücher wie "Herzwunder Co-Enzym Q10" von Emile G. Bliznakov beigetragen.

Coenzym Q10 kommt auch in vielen Nahrungsmitteln vor, z. B. Nüssen, bestimmten Gemüsearten, Fleisch und Fisch, allerdings nur in geringen Mengen. Die Aufnahme über Lebensmittel ist aber nicht ganz einfach, da die Lebensmittelkonservierung dies verhindert.

Eine Nahrungsergänzung stellt den benötigten CoQ10 Bedarf sicher. Von großer Bedeutung ist also die Frage in welcher Höhe CoQ10 dosiert werden soll um den größtmöglichen Nutzen für den Körper zu erzielen.

Hier muss man klar sagen, und wissenschaftliche Ergebnisse und Erfahrungsberichte bestätigen dies, das eine Einnahme von nur 30 mg pro Tag wenig Sinn macht. Die CoQ10 Mindestdosis sollte bei 60 mg pro Tag liegen, siehe auch diverse Studien von Prof. Oda, Japan.

Die neuesten Erfahrungsberichte über den Einsatz von Coenzym Q10 haben gezeigt, dass eine hohe Dosierung mit 100-400 mg sehr sinnvoll ist.

Prof. Oda ist der Ansicht CoQ10 hochdosiert einzunehmen um den besten Nutzen für den Körper zu erzielen. Der Bedarf lässt sich leicht durch eine entsprechende Messung des CoQ10 Gehalts im Blutspiegel feststellen.

Prof. Oda hat in Japan eine äußerst sorgfältig Studie an 608 Patienten durchgeführt. Diese Patienten waren alle mit einem Mitralklappenvorfall diagnostiziert worden und sie litten immer wieder unter anginösen Beschwerden.

Der nachstehend aufgeführten Tabelle dieser Studie kann man entnehmen, dass sich die volle Wirkungsentfaltung von CoQ10 bei einer Verabreichung von 3 mg/kg Körpergewicht zeigte (z.B. bei einem Körpergewicht von 65 Kilo = $65 \times 3 \text{ mg} = 195 \text{ mg}$).

Dosis in mg pro kg Körpergewicht	positive Wirkung in %
1,0 - 1,4	11,5
1,5 - 1,9	13,6
2,0 - 2,4	37,7
2,5 - 2,9	47,8
3,0 - 3,4	100
3,5	100

Bei der Anwendung von CoQ10 ist zu beachten, dass der Aufbau von Q10-Reserven im Körper

auch bei sehr hoher Dosierung 4-5 Tage dauert. Die volle Wirkungsentfaltung kann je nach Bedarfssituation bis zu 3 Monate dauern.

Bei einer durchzuführenden Behandlung sollte die Dosis zu Anfang bei 3 mg/kg Körpergewicht liegen. Ziel ist es, dass sich nach einer etwa 4-wöchigen Therapie ein Plasmaspiegel von 2,5 µg/ml im Blut befindet. Zur Prophylaxe ist ein Spiegel von 1,25 µg/ml empfehlenswert.

Am besten nicht nach 16 Uhr einnehmen.

Jede Kapsel Co-Q10, 120 mg enthält:

Coenzym Q10	120 mg
--------------------	--------

Verzehrempfehlung für Erwachsene:

1 Kapsel täglich oder nach Bedarf mit einer Mahlzeit

Art.-Nr.: 12320

Inhalt: 60 Softgel-Kapseln

Jede Kapsel Q10, 200 mg enthält:

Coenzym Q10	200 mg
Vitamin A (Beta Carotin)	2.000 I.E. / 1,2 mg
Vitamin E	200 I.E. / 134 mg

Verzehrempfehlung für Erwachsene:

1 Kapsel täglich oder nach Bedarf mit einer Mahlzeit

Art.-Nr.: 12800

Inhalt: 60 Softgel-Kapseln

Für Bestellungen oder für weitere Informationen zu diesem Produkt oder der Vit-Produktreihe wenden Sie sich bitte an unsere Therapeuten, Behandler oder Vertriebspartner oder besuchen Sie unsere Webseite:

www.sunsplash-europe.com

Oder kontaktieren Sie uns unter:

E-Mail: **info@sunsplash-europe.com**

SunSplash Europe, Postbus 2664, NL-6401 DD Heerlen

Tel.: 0031 (45) 523 48 12 / Fax: 0031 (45) 523 48 13

Ihr SunSplash - Vertriebspartner:



Dieses Produkt ist nur zum Gebrauch als Nahrungsergänzung für Erwachsene bestimmt! Falls Sie Fragen über die Ratsamkeit der Einnahme dieses Produktes haben, schwanger sind oder stillen, konsultieren Sie einen Arzt vor der Einnahme.

Der Verfasser erklärt hiermit ausdrücklich, dass es sich bei gegenständlicher Information um keine Produktempfehlung für Endverbraucher handelt, sondern ausschliesslich um eine Fachinformation für Therapeuten! Die Inhalte dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung von SunSplash International, Inc. kopiert, gedruckt oder veröffentlicht werden.

Schutzgebühr: 0,50 Euro