



Mermaids



Anti-Aging mit Omega-3-Fettsäuren - Schutz vor Zellalterung

Der Begriff Anti-Aging ist eine Bezeichnung für Maßnahmen, die das biologische Altern des Menschen hinauszuzögern, die die Lebensqualität im Alter möglichst lange auf hohem Niveau erhalten sowie das Leben insgesamt verlängern.

Die biologische Uhr tickt....

Eine der Hauptursachen des Alterungsprozesses ist die biologische Uhr, die in jeder Zelle tickt. Denn mit jeder Zellteilung schrumpfen die Telomere, also die Verchlusskappen an der DNA. Sind sie kurz oder sogar aufgebraucht, verkleben die DNA-Enden miteinander, die Zelle wird funktionsuntüchtig und ist schutzlos Angreifern ausgesetzt. Alterskrankheiten wie Demenz, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Gelenkverschleiß und Krebs können entstehen.



Omega-3 schützt vor Zellalterung

Forscher haben herausgefunden, dass es eine Beziehung zwischen der Verkürzung der Telomeren und der Höhe der Omega-3-Fettsäurespiegel im Blut gibt. Bei Menschen mit hohen Omega-3-Blutspiegeln sind die Telomeren-Verkürzungen am wenigsten ausgeprägt. Die Telomerenlänge ist also ein Beleg für den Alterungsprozess. Omega-3-Fettsäuren wie **Mermaids of Norway** können somit vor Zellalterung schützen.

Literatur: Farzaneh-Far et al, Jama 303, 2010, 250, Deutsche Apotheke Zeitung, 151 Jg., S. 45, 23.06.2011.



Omega-3-Fettsäuren gehören zu den essentiellen Fettsäuren, die täglich mit der Nahrung zugeführt werden müssen. Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA finden sich überwiegend in Hering, Lachs und Kabeljau.



Aufgrund der fleischbetonten Ernährungsgewohnheiten ist eine ausreichende Omega-3-Versorgung bei vielen Menschen nicht gegeben. Nur mit einer Zufuhr von ca 1g / pro Tag treten die gesundheitsfördernden Effekte ein.



Diese Menge lässt sich kaum mit Fischmahlzeiten decken. Beim Kauf von Omega-3-Produkten sollte auf die Qualität und den Omega-3-Gehalt geachtet werden. **Mermaids of Norway** ist ein naturreines und hoch dosiertes Omega-3-Produkt.