

Koenzym Q10 30 mg + vitamin E

Doplňěk stravy

Balení: 30 tablet



Přispívá ke konverzi energie z potravy a slouží jako antioxidant

Popis:

Koenzym Q10 30 mg + vitamin E pro životní energii a ochranu před volnými radikály.

Dvojitá síla.

Složení	V 1 kapsli	% DDD
Koenzym Q10	30 mg	*
Vitamin E	5 mg	42

% DDD = % denní doporučené dávky v jedné kapsli

* doporučená denní dávka není stanovena

Forma:

Pro dobré vstřebávání je koenzym Q10 podáván v lékové formě měkkých želatinových kapslí, jako nosič je použit rostlinný olej. Kapsle s Q10 jsou tmavě zbarveny. Tmavé kapsle zajišťují ideální ochranu před rozkladným působením světla. **Za optimální je odborníky považováno balení po 30 mg Q10 v jedné kapsli.** Užívání 30 mg 1x denně se považuje za vstupní účinnou dávku při většině důvodů podání. S velikostí podané dávky v jedné kapsli klesá množství vstřebané do organismu. **Ze dvou 30 mg kapslí získá organismus podstatně více koenzymu Q10, než z jedné 60 mg kapsle.**

Koenzym Q10

Je funkčně podobný vitamínům a obsažen ve většině lidských buněk, kromě červených krvinek a buněk v čočce, kterým chybí mitochondrie. Koenzym Q10 významně přispívá ke konverzi energie z potravy do chemické energie ATP. Nejvíce Q10 tedy obsahují srdce, plíce, játra, tedy orgány s největšími požadavky na energii.

Koenzym Q10 - dvě základní funkce.

- A) pomáhá v přeměnách energie v transportním řetězci na membráně mitochondrií
- B) slouží jako antioxidant v mitochondriích a lipidových membránách a chrání je volnými radikály.

V mládí si dokáže lidský organismus vyprodukovat dostatečné množství koenzymu Q10 sám. Se stoupajícím věkem tato schopnost klesá. K poklesu dochází i při některých onemocněních, při užívání léků na snížení cholesterolu, při stresu, nadměrné fyzické zátěži a kouření. Denní doporučená dávka není stanovena, předpokládá se, že lidský organismus potravou získá přibližně denně 5 až 10 mg koenzymu Q10. Je obsažen např. v olivovém oleji, sardinkách, hovězím mase ale třeba i v brokolici.

Vitamin E

Tokoferoly, souhrnně označované jako vitamín E, jsou přírodní chemické látky. Patří mezi vitamíny rozpustné v tucích a v organismu slouží jako důležitý antioxidant, chrání buněčné membrány před poškozením volnými radikály. Vitamin E má mnoho vynikajících účinků, například v prevenci srdečních onemocnění, rakoviny a celé řady dalších nemocí. Účinkuje-li v organismu na buněčné úrovni, může vitamin E dokonce zpomalovat proces stárnutí.

Vitamín E je jedním z nejdůležitějších antioxidantů v těle.

Účinek:

- snižuje krvácivost dásní, podporuje regeneraci a přispívá k jejich hojení
- chrání srdeční buňky likvidací volných radikálů
- vhodný po srdečních operacích a prodělaném IM
- prevence aterosklerózy
- zlepšení u Parkinsonovy choroby je známo jen při vysokých dávkách
- přináší zlepšení při stresu, chronické únavě, namáhavé práci, zejména u osob ve vyšším věku
- nejsou známy prakticky žádné vedlejší účinky

Vhodné pro:

- pro sportující osoby již od středního věku pro zvýšenou potřebu Koenzymu Q10 ve svalových vláknech
- pro starší osoby, neboť se stoupajícím věkem schopnost organismu vyprodukovat si dostatečné množství koenzymu Q10 klesá

Doporučení:

- nepřekračujte bez porady s lékařem doporučenou denní dávku
- přípravek není určen jako náhrada pestré stravy

Dávkování:

1 kapsle denně, děti od 3 let 1 kapsle obden. Není určeno pro děti do 3 let. Ukládejte mimo dosah dětí. Uchovávejte v suchu při teplotě 10–25 °C. Chraňte před světlem a přímým slunečním zářením.