

1532
227

Astrid Twardy GmbH
FeringasträÙe 4
D-85774 Unterföhring
www.twardy.de

Twardy[®]
apothekenexklusiv



Omega-3 + Leinöl Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3-Fettsäuren

Verzehrempfehlung:

2 Kapseln täglich mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut zu den Mahlzeiten schlucken.

Die empfohlene Tagesdosis von **Omega-3 + Leinöl Kapseln** (2 Kapseln) enthält:

Zusammensetzung	Tagesdosis (2 Kapseln)	% der empfohlenen Tagesdosis*
Leinöl	1000 mg	-
davon Alpha-Linolensäure	500 mg	-
Fischöl	374 mg	-
enthält ca. Omega-3-Fettsäuren	295 mg	-
davon DHA	232 mg	-
davon EPA	19 mg	-

* Referenzmenge nach EU-Lebensmittelinformationsverordnung

Zutaten: Leinöl (53,9%), **Fischöl** (20,2%), Gelatine (**Fisch**), Feuchthaltemittel: Glycerin.
Ohne Gluten. Ohne Lactose.

Packungsgröße: Packung mit 60 Kapseln.

Hinweis: Kühl, trocken und vor Licht geschützt aufbewahren.

Omega-3-Fettsäuren sind lebenswichtige Fette. Sie gehören zu den essentiellen Fettsäuren, das heißt, der Körper kann sie selbst nicht herstellen und muss sie über die tägliche Nahrung aufnehmen. Es gibt tierische und pflanzliche Quellen für Omega-3-Fettsäuren.

Gute Omega-3-Fettsäure Lieferanten sind fette Fische, wie Lachs, Hering, Thunfisch, Makrele und Sardinen. Fette Fische liefern dem Körper die ungesättigten Fettsäuren Docosahexaensäure (DHA) und Eicosapentaensäure (EPA). Bei einer täglichen Zufuhr von 250 mg DHA und EPA, tragen diese beiden Fettsäuren zu einer normalen Herzfunktion bei.

Pflanzliche Omega-3-Fettsäure Lieferanten sind z.B. Leinöl, Walnussöl und Hanföl. Diese Öle enthalten überwiegend Alpha-Linolensäure. Diese ungesättigte Fettsäure kann ab einer täglichen Zufuhr von mindestens 2 g zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels im Blut beitragen.

Weitere Produkte finden Sie im Internet unter www.twardy.de