

Epamer

Omega-3 Premium 1100mg

Περιγραφή

Συμπλήρωμα διατροφής Ωμέγα-3 περιέχει Ιχθυέλαιο με υψηλή περιεκτικότητα 1.100 mg, σε πολυακόρεστα Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα: EPA και DHA.

Εκχύλισμα πλούσιο σε τοκοφερόλες (vit.E).

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

| Ενεργά συστατικά | Ανά κάψουλα |
|--------------------------------|-------------|
| Ιχθυέλαιο | 1.100 mg |
| 65% Ωμέγα- 3: | 715 mg |
| 33% EPA (Εικοσιπεντανοϊκό οξύ) | 363 mg |
| 22% DHA (Δοκοσαεξανοϊκό οξύ) | 242 mg |
| 10% λοιπά Ωμέγα-3 | 110 mg |

Χαρακτηριστικά

Τα Ωμέγα-3 ανήκουν στην κατηγορία των απαραίτητων λιπαρών οξέων για τον οργανισμό, τα οποία δεν μπορούν να συντεθούν από τον ανθρώπινο οργανισμό, έτσι πρέπει να λαμβάνονται μέσω της διατροφής.

Εάν η διατροφή είναι πτωχή σε Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα, τα συμπληρώματα ιχθυελαίου προσφέρουν ένα εναλλακτικό τρόπο προσθήκης αυτών των πολύτιμων λιπαρών οξέων στην διατροφή.

Τα κυριότερα Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα είναι το εικοσαπεντανοϊκό οξύ (EPA) και το εικοσιδυαεξανοϊκό οξύ (DHA).

Τα Ωμέγα λιπαρά οξέα, και συγκεκριμένα το EPA και το DHA, έχουν συνδεθεί με την καρδιαγγειακή υγεία χάρη στην αντιθρομβωτική τους δράση. Επιπλέον, κλινικές μελέτες έδειξαν πως η πρόσληψη EPA και DHA μπορεί να μειώσει τη συχνότητα εμφάνισης της καρδιακής ανεπάρκειας και ότι η συμπληρωματική χορήγηση μπορεί να παρατείνει το προσδόκιμο ζωής σε ασθενείς με διεγνωσμένη καρδιακή ανεπάρκεια, αποτρέποντας την εμφάνιση περαιτέρω καρδιακών επεισοδίων. Έρευνες επιστημόνων δείχνουν ότι άτομα που κατανάλωναν Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα είχαν 27% λιγότερες πιθανότητες εκδήλωσης εμφράγματος.

Τα Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα φαίνεται ότι σχετίζονται και με την αρτηριακή πίεση. Αποτελέσματα Διεθνών Μελετών για τα Μακρο - και Μικροθρεπτικά Συστατικά και την Υπέρταση, όπου εκτιμήθηκε η διατροφική πρόσληψη Ωμέγα-3 λιπαρών, έδειξαν πως άνθρωποι που κατανάλωναν μεγαλύτερες ποσότητες των συγκεκριμένων λιπαρών οξέων από τον μέσο όρο εμφάνισαν μείωση κατά περίπου 0,5 mmHg τόσο στη συστολική όσο και στη διαστολική πίεση.

Η κατανάλωση Ωμέγα-3 λιπαρών οξέων μπορεί να συμβάλει στη μείωση των τριγλυκεριδίων στο αίμα μέχρι και 25% σε υγιή άτομα και μέχρι 50% σε άτομα με υπερτριγλυκεριδαίμια.

Τα Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα αποτελούν βασικό δομικό συστατικό των νευρικών κυττάρων, οπότε συσχετίζονται και με την εγκεφαλική λειτουργία. Σύμφωνα με έρευνα, τα ω-3 από ιχθυέλαια ενισχύουν την μνήμη, επίσης φαίνεται ότι μπορούν να καθυστερήσουν τη μείωση της γνωσιακής λειτουργίας που παρουσιάζεται σε ηλικιωμένους, ενώ πρόσφατη μετα-ανάλυση έδειξε ότι η πρόσληψη των συγκεκριμένων λιπαρών οξέων δρα ευεργετικά ενάντια στα συμπτώματα της κατάθλιψης.

Επιπλέον, η λήψη των συγκεκριμένων λιπαρών οξέων έχει συσχετιστεί σε αρκετές μελέτες και με μείωση συμπτωμάτων σε καταστάσεις φλεγμονής, όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα, αλλά και μείωση του πόνου σε φλεγμονώδεις νόσους του εντέρου και σε περιπτώσεις δυσμνήρροιας.

Ενδείξεις

- Τα Ωμέγα-3 λιπαρά οξέα είναι απαραίτητα για την:
- Φυσιολογική λειτουργία της καρδιάς.
- Βοηθούν στον έλεγχο της αρτηριακής πίεσης.
- Διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης και τριγλυκεριδίων στο αίμα.
- Φυσιολογική λειτουργία του εγκεφάλου, αυτοσυγκέντρωση, μνήμη.
- Διατήρηση φυσιολογικής όρασης.
- Ρευματοειδής αρθρίτιδα.
- Αντιφλεγμονώδη δράση.



Αντενδείξεις

Υπερευαίσθησία σε οποιαδήποτε από τα συστατικά του προϊόντος.

Χρήση σε ειδικές περιπτώσεις

Δεν συνιστάται για χρήση από εγκύους/θηλάζουσες

Προειδοποιήσεις

Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης.

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μιας ισορροπημένης διαίτας.

Τηλ. Κέντρου Δηλητηριάσεων: 210 7793777

Δοσολογία

Ενήλικες - 1 κάψουλα την ημέρα κατά την διάρκεια ενός γεύματος.

Συσκευασία

Κάθε συσκευασία Gramer περιέχει 30 μαλακές κάψουλες.

Συνθήκες φύλαξης

Διατηρείται σε δροσερό και ξηρό μέρος, στην αρχική του συσκευασία, μακριά από μικρά παιδιά, σε θερμοκρασία δωματίου.

Αποκλειστικός Διανομέας.

GRAMM PHARMACEUTICALS

Γραμμινίδης Δ. Αθανάσιος

Κ.Καραμανλή 59 Τ.Κ. 56728 Νεάπολη Θες/νικη, Τηλ. 2310 760783 - Fax. 2310 760714

Email: gramm@otenet.gr

Παρασκευάζεται από HASCO-LEK S.A.

Αριθμός Γνωστοποίησης Ε.Ο.Φ.: 36929/13.04.2017

Βιβλιογραφία

1. Wijendran V, Hayes K.C (2004). "Dietary n-6 and n-3 fatty acid balance and cardiovascular health". *Annu Rev Nutr.* 24:597-615.
2. Xu Z.Z, Zhang L, Liu T, Park J.Y, Berta T, Yang R, Serhan C.N, Ji R.R (2010). "Resolvins RvE1 and RvD1 attenuate inflammatory pain via central and peripheral actions". *Nat Med.* 16(5):592-7.
3. Weaver K.L, Ivester P, Seeds M, Case L.D, Arm J.P, Chilton F.H (2009) "Effect of dietary fatty acids on inflammatory gene expression in healthy humans". *J Biol Chem.* 284(23):15400-7.
4. Stonehouse W, Conlon C.A, Podd J, Hill S.R, Minihane A.M, Haskell C, Kennedy D (2013). "DHA supplementation improved both memory and reaction time in healthy young adults: a randomized controlled trial". *Am J Clin Nutr.* 97(5):1134-43.
5. Narendran R, Frankle W.G, Mason N.S, Muldoon M.F, Moghaddam B (2012). "Improved working memory but no effect on striatal vesicular monoamine transporter type 2 after omega-3 polyunsaturated fatty acid supplementation". *PLoS One.* 7(10):e46832.
6. Chiu C.C, Su K.P, Cheng T.C, Liu H.C, Chang C.J, Dewey M.E, Stewart R, Huang S.Y (2008). "The effects of omega-3 fatty acids monotherapy in Alzheimer's disease and mild cognitive impairment: a preliminary randomized double-blind placebo-controlled study". *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry.* 32(6):1538-44.
7. Stough C, Downey L, Silber B, Lloyd J, Kure C, Wesnes K, Camfield D (2012). "The effects of 90-day supplementation with the omega-3 essential fatty acid docosahexaenoic acid (DHA) on cognitive function and visual acuity in a healthy aging population". *Neurobiol Aging.* 33(4):824
8. van de Rest O, Geleijnse J.M, Kok F.J, van Staveren W.A, Hoefnagels W.H, Beekman A.T, de Groot L.C (2008). "Effect of fish-oil supplementation on mental well-being in older subjects: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial". *Am J Clin Nutr.* 88(3):706-13.
9. Jackson P.A, Reay J.L, Scholey A.B, Kennedy D.O (2012). "DHA-rich oil modulates the cerebral haemodynamic response to cognitive tasks in healthy young adults: a near IR spectroscopy pilot study". *Br J Nutr.* 107(8):1093-8.
10. Kalmijn S, van Boxtel M.P, Ocké M, Verschuren W.M, Kromhout D, Launer L.J (2004). "Dietary intake of fatty acids and fish in relation to cognitive performance at middle age". *Neurology.* 62(2):275-80.
11. Goldberg R.J, Katz J. (2007). "A meta-analysis of the analgesic effects of omega-3 polyunsaturated fatty acid supplementation for inflammatory joint pain". *Pain.* 129(1-2):210-23.
12. Eslick G.D, Howe P.R, Smith C, Priest R, Bensoussan A (2009). "Benefits of fish oil supplementation in hyperlipidemia: a systematic review and meta-analysis". *Int J Cardiol.* 136(1):4-16.

