

Omega 3-6-9 Complex 1200 mg

Natuurzuivere combinatie visolie, vlaszaadolie en borage-olie

Samenstelling per softgel:

Borage-olie (80 mg GLA) Koud geperst en hexaan vrij	400 mg
Visolie concentraat (72 mg EPA/48 mg DHA)	400 mg
Vlaszaadolie (212 mg ALA) Koud geperst en hexaan vrij	400 mg
Vitamine E (15 IE) (natuurlijke d-alfa-tocopherol)(soja)	10 mg

Hulpstoffen:

rundergelatine (softgels) en glycerine.

Vrij van:

tarwe, gluten, melkproducten, ei, noten, schaaldieren, smaakstoffen, kunstmatige kleurstoffen en conserveringsmiddelen.

Aanbevolen dosering:

1 tot 3 softgels per dag tijdens de maaltijd.

Artikelnummer: P657 Verpakking: 90 softgels EAN: 8717677126576

Artikelnummer: P658 Verpakking: 180 softgels EAN: 8717677126583

Extra informatie:

De meeste mensen consumeren onvoldoende hoeveelheden essentiële vetzuren in de dagelijkse voeding. Dit komt mede door de industrieel bewerkte voeding en de hoeveelheid verzadigde vetten en transvetten. Deze disbalans kan gevolgen hebben voor de gezondheid. De hedendaagse voeding bevat meer dan voldoende vetten, maar niet de essentiële vetten die van belang zijn voor het lichaam. Het is daarom belangrijk de verhouding van de juiste vetzuren in balans te krijgen. Dit is tot op zekere hoogte mogelijk door aanpassingen te doen in het dieet.

Er zijn twee types essentiële vetzuren, omega-3 en omega-6. Deze zijn van belang om een goede gezondheid te behouden. Onder omega-3 vetzuren vallen onder andere alfa-linoleenzuur (ALA), eicosapentaeenzuur (EPA) en decosahexaeenzuur (DHA). ALA komt voor in plantaardige producten en heeft een beperkte omzetting naar EPA en DHA. EPA komt enkel voor in vette vis en DHA komt voor in zowel vette vis als in algen.

Omega-6 vetzuren zijn onder andere linolzuur (LA) en gammalinoleenzuur (GLA). Beide zijn plantaardig. De hedendaagse voeding bevat teveel linolzuur (6% in plaats van de 1% die wordt aanbevolen). Dit zorgt voor een verhoogde omzetting naar arachidonzuur (AA) wat voor klachten kan zorgen. Het vetzuur gammalinoleenzuur kan de balans in de verhouding tussen de omega-6 vetzuren herstellen.

Gammalinoleenzuur is een vrij zeldzaam vetzuur, dat van nature voorkomt in zaden van de teunisbloem, borage en zwarte bessen. In kleine hoeveelheden zit het onder andere ook in zonnebloem- en sesamololie. Het lichaam kan het zelf ook aanmaken uit linolzuur. Stoffen die helpen bij deze omzetting zijn vitamine B6, vitamine C, vitamine E, selenium, zink en magnesium. GLA is een omega-6 vetzuur dat in het lichaam met behulp van de vitaminen B3, B6 en C wordt omgezet in de prostaglandinen 1 en 3. Sommige mensen kunnen linolzuur onvoldoende omzetten in GLA en zijn daarom aangewezen op één van de twee belangrijkste bronnen van GLA: teunisbloemolie en borage-olie. Borage-olie bevat in vergelijking met teunisbloemolie een zeer hoog gehalte GLA.

Proviform Omega 3 visolie wordt altijd getest op zware metalen. Zuiverheid van deze visolie wordt onder andere verkregen door het moleculair distillatieproces. Proviform visolie is de beste garantie voor visolie in de meest zuivere vorm.

Totaal Omega Vetzuren per softgel:

omega 3 - 332 mg, omega 6 - 252 mg, omega 9 - 154 mg



Proviform®