# ESAKOR

ΦΟΡΜΟΥΛΑ
**ιχθυελαίων**

***Omega 3 | EPA 540mg | DHA 360mg***

90 softgels των 1444mg

# Omega 3

Μελέτες συνδέουν τη μεσογειακή διατροφή, που είναι πλούσια σε ωμέγα-3 λιπαρά οξέα, ελαιόλαδο, αντιοξειδωτικά φρούτα, λαχανικά και βότανα, με τη μείωση του κινδύνου για καρδιαγγειακά νοσήματα και την παράταση του ορίου ζωής. Πολλές μελέτες υποστηρίζουν την ευεργετική δράση των ωμέγα-3 λιπαρών οξέων για την καρδιακή υγεία. Ακόμη, πολλές επιστημονικές μελέτες συνδέουν διάφορους κινδύνους που απειλούν την υγεία με την υπερβολική κατανάλωση πολυακόρεστων λιπαρών οξέων.

Οι άνθρωποι σήμερα καταναλώνουν πολλά ωμέγα-6 λιπαρά οξέα, όχι όμως αρκετά ωμέγα-3 λιπαρά οξέα. Τα ωμέγα-3 λιπαρά οξέα τύπου EPA (εικοσαπεντανοϊκο οξύ) και DHA (δοκοσαεξανοϊκο οξύ) βρίσκονται σε αφθονία στο λίπος των ψαριών και σε κάποια θαλάσσια θηλαστικά, καθώς επίσης και στα φύκια με τα οποία τρέφονται.

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

- **EPA/DHA 18/12(69,25%) 3000mg**
- **D Alpha Tocopherol 1000 iu/gr**

## ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

- Τα Ω3 λιπαρά οξέα περιορίζουν την συγκόλληση των αιμοπεταλίων, ελαχιστοποιώντας έτσι την τάση συσσώρευσής τους και αποτρέπουν το σχηματισμό θρόμβων.
- Τα Ω3 λιπαρά οξέα μειώνουν αποτελεσματικά τα ολικά επίπεδα χοληστερόλης και ιδιαίτερα τις λιποπρωτεΐνες LDL και VLDL.
- Καταπολεμούν φλεγμονές και πόνους.

## ΔΟΣΟΛΟΓΙΑ

- Μία εώς τρείς κάψουλες ημερησίως, σύμφωνα με την συμβουλή του γιατρού ή του φαρμακοποιού σας.

| ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ | ανά 100g | ανά ημερήσια δόση 3 softgels |
|---|---|---|
| Έλαιο ψαριών που περιέχει | 69,25g | 3000mg |
| Ακόρεστα και πολυακόρεστα λιπαρά οξέα εκ των οποίων | 48,62g | 2100mg |
| EPA (εικοσαπεντανοϊκό οξύ) | 18g | 540mg |
| DHA (δωδεκαεξανοϊκό οξύ) | 12g | 360mg |

**προσοχή:** *Αν χρησιμοποιείτε ταυτόχρονα και αντιπηκτικά, να λαμβάνετε τα ιχθυέλαια υπό την επίβλεψη του γιατρού σας. Να μην ξεπερνάτε τη συνιστώμενη δοσολογία. Σε περίπτωση που παρατηρήσετε οποιοδήποτε ασύνηθες σύμπτωμα να σταματήσετε αμέσως τη λήψη και να συμβουλευτείτε το γιατρό σας. Κατά τη διάρκεια της κύησης και του θηλασμού, μη χρησιμοποιείτε συμπληρώματα διατροφής χωρίς τη συμβουλή του γιατρού σας.*