

Liebe Leserin, lieber Leser,



Dr. med. Hardy Walle
Facharzt für Innere Medizin/
Ernährungsmediziner, Gründer
und Vorstand der Bodymed AG

Coenzym Q10 ist bekannt aus der Werbung für Anti-Aging-Produkte. Längst hat es sich als Jungbrunnen einen Namen gemacht.

Doch ist Q10 weit mehr als das. Besonders jetzt im Sommer ist es wichtig für Gesundheit und Vitalität. Was wirklich dahinter steckt, verrate ich Ihnen heute.

Der unterschätzte Powerstoff Q10 und seine wichtigsten Aufgaben

Coenzym Q10 ist eine vitaminähnliche körpereigene und lebensnotwendige Substanz, die eine entscheidende Rolle in nahezu jeder Zelle Ihres Körpers spielt.

Zellschutz – der starke Radikalfänger

Q10 kann als Antioxidant die Zellen vor oxidativen Schäden schützen. Schadensverursacher sind sogenannte freie Radikale. Diese entstehen vor allem durch Schadstoffe in der Luft, Ozonbelastung, UV-Strahlung, Pestizide, Alkohol, Rauchen, Infektionen etc. Auch körperlicher und seelischer Stress, genauso wie Extremsport, können zu vermehrten freien Radikalen und damit zu oxidativem Stress führen.

Antioxidantien wie Q10, Vitamin B2 und Selen können die Zellen vor oxidativem Stress schützen.

Energiegewinnung – der Zündstoff für den Stoffwechsel

Erst mit Q10 wird die Energieumwandlung aus der Nahrung in körpereigene Energie überhaupt möglich. Organe mit einem hohen Energiebedarf wie das Herz weisen eine hohe Konzentration an Q10 auf. Q10 unterstützt die Funktion des Herzmuskels ebenso wie die Abwehrleistung des Immunsystems.

9 Faktoren, die Ihren Q10-Bedarf erhöhen:

- Umweltschadstoffe wie Ozon, UV-Strahlen
- Zunehmendes Alter, 30 plus
- Arzneimittel wie Cholesterinsenker
- Unausgewogene Ernährung
- Vermehrter Stress
- Rauchen
- Alkoholkonsum
- Intensive körperliche Aktivität
- Mangel an Vitalstoffen

Q10-UNTERVERSORGUNG

Ihr Risiko steigt automatisch ... ab 30 plus

Ab dem 30. Lebensjahr vermindert sich die körpereigene Q10-Produktion, so dass Blut, Herzmuskel und Bauchspeicheldrüse mit den Jahren eine geringer werdende Q10-Konzentration aufweisen. **Ein natürlicher Prozess, dem Sie gezielt gegensteuern sollten!**

... und bei Einnahme von Cholesterinsenker (Statinen)

Die Einnahme von Cholesterinsenker führt sehr häufig zu einer Unterversorgung mit Q10. Denn: Die sogenannten Statine senken zwar erfolgreich erhöhte Cholesterinspiegel und beugen Gefäßverkalkungen, Herzinfarkt und Schlaganfall vor. Gleichzeitig hemmen sie jedoch die körpereigene Produktion des lebensnotwendigen Coenzym Q10. Eine Unterversorgung äußert sich häufig durch Muskelschmerzen.

Unterstützen Sie Ihre ärztlich verordnete Statintherapie durch die Einnahme von Coenzym Q10, um eine Unterversorgung zu vermeiden.

Gängige Cholesterinsenker sind: Atorvastatin, Fluvastatin, Lovastatin, Pravastatin, Simvastatin.

Die klassischen Symptome einer Q10-Unterversorgung sind:

- Muskelschmerzen
- Abgeschlagenheit
- Antriebsschwäche

Mit hoch dosiertem Coenzym Q10 können Sie einer Unterversorgung auf natürliche Weise gegensteuern.

SO SIND SIE BESTENS VERSORGT: OPTIMED® Q10 AKTIV plus – natürlich hoch dosiert

OPTIMED® Q10 AKTIV plus enthält 100 mg Coenzym Q10 pro Kapsel.

Die spezielle Mikronährstoffkombination mit zusätzlichen B-Vitaminen für den Energiestoffwechsel sowie Selen für den Zellschutz ist somit ein echter Allrounder für Ihre Gesundheit und Vitalität.

Laktosefrei. Glutenfrei.

WISSENSCHAFTLICH ERWIESEN

- Vitamin B2, B6, B12 und Niacin tragen zu einem normalen **Energiestoffwechsel** bei.
- B6, B12 und Folsäure tragen zu einem normalen **Homocystein-Stoffwechsel** bei.
- Vitamin B2 und Selen tragen dazu bei, die Zellen **vor oxidativem Stress zu schützen.**