

**Nur in der Apotheke erhältlich!**

Nahrungsergänzungsmittel



**Doppelherz System - Was ist das?**

### **Gesundheit mit System von Doppelherz**

Die Doppelherz HERZ 3 COMPACT Kapseln stellen eine spezielle Kombination mit wichtigen Nährstoffen für eine herz- und kreislaufbewusste Ernährung dar.

- **Magnesium+B-Vitamine**
- **Hochkonzentrierte Omega-3 Fettsäuren**
- **Vitamin E+Zink+C+wertvolle Pflanzenstoffe aus Tomate und Soja**

**Im Rahmen einer herzgesunden Ernährung ist es wichtig die Energiegewinnungs- und Zellschutzsysteme des Körpers ausreichend mit Nährstoffen zu versorgen und auf die Balance der Blutfettwerte sowie auf eine cholesterinbewusste und gesunde Ernährung zu achten.**

Ausreichende körperliche Bewegung und gesunde Ernährung sind wichtige Bestandteile einer herzgesunden Lebensweise. Für Gesundheit und Leistungsfähigkeit spielt eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen bzw. Vitalstoffen eine wichtige Rolle. Bei einer unausgewogenen Ernährung ist die Versorgung mit diesen wichtigen Nährstoffen nicht immer optimal. Da unser Körper diese Nährstoffe oft nicht selbst herstellen kann, müssen diese regelmäßig mit der Nahrung aufgenommen werden.

**Eine Herz-Kreislauf-bewusste Ernährung und herzgesunde Lebensweise empfiehlt sich:**

- Für alle, die auf die Balance der Blutfettwerte einschließlich des Cholesterins und Homocysteins achten müssen.
- Für alle, bei denen durch die Einnahme bestimmter **Medikamente vermehrt Nährstoffe ausgeschieden** oder verbraucht werden.
- Für Raucher
- Bei Übergewicht und Bewegungsarmut
- Bei Stress
- Bei übermäßigem Alkoholkonsum
- Bei Diabetes

Doppelherz HERZ 3 COMPACT besteht aus 3 verschiedenen Kapseln. Jede einzelne Kapsel versorgt den Körper mit einer speziellen Kombination, die sich in ihren positiven Eigenschaften für die herzgesunde Ernährung sehr gut ergänzen.

**Jede Kapsel ist auf die andere abgestimmt.**

#### **Kapsel 1:**

**Morgens - für den Energiestoffwechsel**

Eine ausreichende Versorgung mit Magnesium und B-Vitaminen ist wichtig für die Energieversorgung der Körperzellen.

**Magnesium + B-Vitamine sind wichtig für die Energieversorgung aller Muskeln. Auch der Herzmuskel ist, da dieser Tag für Tag belastet wird, auf eine ausreichende Versorgung mit diesen Nährstoffen angewiesen.**

**Magnesium** ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, der wichtig für Herz, Nerven und Muskeln ist.

**Magnesium** spielt eine bedeutende Rolle bei der Aktivierung von Enzymen und beeinflusst somit den Energiestoffwechsel, die Funktion der Nervenzellen und des Muskelapparates.

Unser Körper braucht **Magnesium + B-Vitamine** täglich für die Energieübertragung und für die Energiefreisetzung. Besonders die Muskelzellen, die viel Energie verbrauchen sind auf eine ausreichende Zufuhr angewiesen.

Folsäure, Vitamin B6 und B12 haben einen positiven Effekt auf die Balance des Homocysteinspiegels und sind damit ein wichtiger Bestandteil einer herzgesunden Ernährung. Denn: **Ein normaler Homocysteinspiegel ist wichtig für die Funktionserhaltung der Gefäße.**

### Kapsel 2:

**Mittags - für die Blutfettwerte**

**Enthält hochkonzentrierte Omega-3 Fettsäuren (60 %) für die Balance der Blutfettwerte. Das in 1 Kapsel enthaltene Omega-3 Konzentrat aus Seefischöl (750 mg) ist so ergiebig wie 1500 mg herkömmliches Fischöl.**

Es ist gelungen Kapseln mit Seefischöl mit einem besonders hohen Gehalt an Omega-3 Fettsäuren zu entwickeln. Das Omega-3 Konzentrat von Doppelherz erreicht einen Omega-3 Fettsäure-Anteil von 60 %. In herkömmlichen Lachsölprodukten sind nur etwa 30 % Omega-3 Fettsäuren enthalten. Dies ist wichtig, denn es sind die Omega-3 Fettsäuren, die die Fischöle so wertvoll machen.

Bedeutsam für eine herzgesunde Ernährung ist eine Begrenzung der Fett- und Cholesterinzufuhr und die Aufnahme der richtigen Fettsäuren. Heute weiß man, dass Omega-3 Fettsäuren ein wichtiger Bestandteil einer herzgesunden Ernährung sind: Omega-3 Fettsäuren sind wichtige Nährstoffe für die Balance der Cholesterin- und Fettwerte/Triglyceride im Körper.

Omega-3 Fettsäuren können eine cholesterinbewusste und fettmodifizierte Ernährung sinnvoll ergänzen und so die Balance der Triglyceride und des Cholesterins unterstützen. Hochdosiert mit 248 mg EPA und 165 mg DHA.

### Kapsel 3:

**Abends - für den Zellstoffwechsel**

**Wichtig für den Zellstoffwechsel, die körpereigenen Abwehrkräfte und den Zellschutz.**

Für die Abwehrkräfte, den Zellstoffwechsel sowie den Schutz unserer Körperzellen ist eine ausreichende Versorgung mit Nährstoffen unerlässlich. Dies betrifft auch das Herz-Kreislauf-System. Die Kapseln von Doppelherz enthalten hierfür eine spezielle Kombination aus

Vitaminen, Spurenelementen sowie wertvollen Pflanzenstoffen aus Tomate und Soja.

Neben Vitamin C ist insbesondere das Spurenelement Zink für die körpereigenen Abwehrkräfte von Bedeutung. Zink steuert die Funktion von mehr als 200 Enzymen, die nahezu an allen wichtigen Reaktionen der Zellen des Organismus beteiligt sind.

Vitamin E und C sind lebenswichtige Bestandteile des Schutzsystems der Zelle und somit für den Zellschutz unentbehrlich. Unterstützt werden sie dabei von den Spurenelementen Zink und Selen, Lykopen aus Tomatenextrakt sowie den Soja-Isoflavonen. In asiatischen Ländern stehen viel häufiger Sojaprodukte auf dem Speiseplan als in Europa. Diese Sojaprodukte stellen eine hervorragende Nahrungsquelle für Soja-Isoflavone dar. Soja-Isoflavone sind wertvolle Nährstoffe und können zusammen mit Vitaminen und Lykopen aus Tomaten zellschützende Eigenschaften entfalten.

Das Spurenelement Selen ist für den gesunden Stoffwechsel der Zellen notwendig. Unterstützt wird es dabei von dem Spurenelement Jod. Jod ist ein wesentlicher Baustein der Schilddrüsenhormone, die wichtige Aufgaben im Zellstoffwechsel erfüllen.

### **Zusammensetzung der Kapseln:**

#### **Kapsel 1:**

- 250 mg Magnesium
- 4,2 mg Vitamin B1
- 4,8 mg Vitamin B2
- 3,0 µg Vitamin B12
- 6,0 mg Vitamin B6
- 27 mg Niacin
- 18 mg Pantothensäure
- 300 µg Biotin
- 600 µg Folsäure

#### **Kapsel 2:**

750 mg Seefischöl mit 60 % Omega-3 Fettsäuren:

1 Kapsel enthält 450 mg Omega-3 Fettsäuren, 10 mg Vitamin E

#### **Kapsel 3:**

- 2 mg Lykopen aus Tomatenextrakt
- 10 mg Isoflavone aus 25 mg Sojakonzentrat
- 26 mg Vitamin E
- 200 mg Vitamin C
- 100 µg Jod
- 30 µg Chrom
- 30 µg Selen
- 5 mg Zink

### **Verzehrempfehlung:**

Die Tagesration besteht aus insgesamt drei verschiedenen Kapseln: Morgens einmal Kapsel 1, Mittags einmal Kapsel 2, Abends einmal Kapsel 3 jeweils zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

**Hinweis:**

Eine Tagesration (=3 Kapseln) entspricht 17,7 kcal/72,4kJ und 0,02 BE.