



SUPER OMEGA 3 ACTIV

Prim. MUDr. David Kasal

Vážené a milé členky, vážení a milí členové velké LR rodiny,

posílám pozdrav z Chrudimi a při té příležitosti bych se s Vámi chtěl podělit o další informace, které můžete využít u svých klientů. I když nás ještě trápí období chřipek, nebudeme se dnes zabývat informacemi, jak tuto onemocnění ošetřovat, protože této problematice se věnoval kolega Dr. Kampe v posledním čísle magazínu.

Dnes se podrobněji zaměřím na popis jednoho preparátu, který jsme poslední dobou trochu opomíjeli – Super Omega 3 activ.

Tento preparát svými účinky zasahuje do řady oblastí. Můžeme ho pravidelně užívat a zlepšovat tak zdravotní stav nejen svůj, ale i známých v našem okolí, a to prakticky celoročně.

Samozřejmě se dozvíte, v jakých případech tento preparát nejlépe uplatníte a jaké dávkování bude nejvhodnější.

Ve druhé části dnešního sdělení se můžete těšit na kazuistiku popisující zlepšení atopického ekzému, které je zdokumentováno i na přiložených fotografiích.

Super Omega 3 Aktiv

Než si podrobně řekneme o účincích našeho skvělého výrobku, musíme si alespoň trochu objasnit, z čeho se náš výrobek skládá a v čem spočívá jeho účinnost.

Základním kamenem našeho preparátu jsou nenasycené a vícenenasycené mastné kyseliny (MK) – **omega 3 mastné kyseliny**. Tyto látky (MK) jsou esenciální – nepostradatelné pro náš organismus, jsou nedílnou součástí buněčných struktur (hlavně buněčné stěny), podílejí se i na správných funkcích našeho organismu a zasahují do dějů jednotlivých orgánů a jejich systémů. Naše tělo si je však nedokáže vyrobit v dostatečném množství, a proto je nezbytný příjem těchto látek ze stravy. Jsou například bohatě obsaženy v mořských rybách (makrela, sardinky, tuňák...), v menším obsahu je najdeme i v rostlinách (pupalkový, lněný, nebo řepkový olej).

Vědci „objevili a potvrdili účinek“ omega-3 nenasycených mastných kyselin, když v sedmdesátých letech studovali potravu grónských Eskymáků. Zjistili u nich jen nepatrný výskyt „civilizačních“ onemocnění jako je **onemocnění srdce, diabetes mellitus, revmatická artritida – autoimunitní zánět kloubů**, a to i přesto, že jejich strava obsahuje celkově velké množství tuků. Odpověď našli právě v omega-3 nenasycených mastných kyselinách. Množství tuku ve stravě Eskymáků není důležité – důležitý je jeho druh.

Proč a jaké látky jsou pro nás tedy nejdůležitější?

Efektivní a prokázaný účinek těchto nenasycených mastných kyselin se projevuje ve 3 základních oblastech:

1. Ovlivňuje kardiovaskulární systém (srdce, cévy) a metabolický syndrom.

V této oblasti MK upravují metabolismus tuku – snižují LDL cholesterol a tuky (triacylglyceroly) v krvi, naopak pomáhají zvyšovat HDL cholesterol a tím přispívají ke snížení rizika onemocnění arteriosklerózou. Dále snižují hladinu krevního cukru. Nedostatek příjmu omega 3 nenasycených MK v dětském věku může vést k hypertenzi v dospělosti.

2. Ovlivňuje centrální nervový systém a činnost mozku.

Omega 3 MK jsou mj. stavebním kamenem nervových buněk, v dětském věku podporují zrání mozku. Jejich účinek se využívá při hyperaktivitě dětí, zlepšují koordinaci a pohybové schopnosti nejen u zdravých dětí, ale i u dětí s poruchou pohybové koordinace. Dále tyto látky podporují funkční schopnosti mozku, jako je paměť, koncentrace a schopnost učení.

3. Mají vliv na imunitní systém.

Jejich hlavní efekt je imunomodulační, kdy se omega 3 MK začleňují do buněčné membrány T-lymfocytů a tím zajišťují správnou funkci T-lymfocytů, ovlivňují rychlost a schopnost těla rozpoznat virus, bakterie nebo jiné cizorodé látky, podněcují okamžitou reakci organismu na infekci a zánět. Pomáhají zmírňovat alergické reakce.

Hlavními a velmi účinnými představiteli vícenenasycených neboli Omega 3 nenasycených mastných kyselin jsou **DHA = kyselina doko-sahexaenová** a **EPA = kyselina eikosapentaenová**.

DHA - je zodpovědná a má pozitivní klinicky ověřený účinek na nervový systém a zdravý vývoj mozku v dětském věku, pomáhá udržovat duševní zdraví, preventivně působí proti stařecké demenci a chrání před rozvojem Alzheimerovy choroby. Dále také ovlivňuje imunitní systém.

EPA – účinkuje hlavně na kardiovaskulární systém, pomáhá udržovat zdravé srdce a pružné cévy – zesiluje a podporuje účinek antitrombotický (blokuje tvorbu krevních sraženin), antiarytmický (prevence poruch srdečního rytmu) a vasodilatační („rozšiřuje cévy“ a tím snižuje krevní tlak). Dále má pozitivní účinek na další příznaky tzv. metabolického syndromu (cukrovka, obezita, vysoké hladiny cholesterolu a triglyceridů).

