



Ernährung und Vitalstoffe

Vitalstoffe in Vorsorge und Therapie

Coenzym Q10

Die besondere Energieversorgung für Herz und Kreislauf

Die Körperenergie ist von Q10 abhängig

Coenzym Q10 ist ein lebenswichtiger Baustein der Energiegewinnung in den „Kraftwerken“ unserer Zellen, den Mitochondrien.

Es hilft, Nahrungsbestandteile in Energie umzuwandeln und ist für die Bereitstellung von fast 95 Prozent der gesamten Körperenergie verantwortlich.

Wichtig für die Herzgesundheit

Q10 wirkt vielfach und steigert die Leistungsfähigkeit wichtiger Organe - insbesondere des Herzens. Bereits 1990 belegten Forschungsergebnisse eine Verbesserung der Herzfunktion.

So kann Q10 einer verminderten Durchblutung des Herzmuskels und Herzinfällen bei Sauerstoffmangel entgegenwirken. Darüber hinaus können die Symptome von Herzenge (Angina pectoris), Herzmuskelschwäche und Rhythmusunregelmäßigkeiten reduziert werden.

Durch die blutdrucksenkenden und antioxidativen Eigenschaften kann Q10 dazu beitragen, der Arteriosklerose und ihrer möglichen Folgeerkrankungen wie Herzinfarkt und Schlaganfall wirksam vorzubeugen.

Q10 Mangel ist nicht selten

Q10 kann vom menschlichen Körper selbst gebildet und auch über die Nahrung aufgenommen werden - dennoch gibt es zahlreiche Risikogruppen, die unter einem Mangel an diesem Vitaminoid leiden.

Insbesondere wer unter Herzschwäche, koronarer Herzkrankheit und Angina pectoris leidet, ist häufig von einem Defizit betroffen.

Forschungsergebnisse lassen darauf schließen, dass die Herzleistung bereits bei einem Mangel von 25 Prozent beeinträchtigt wird.



Gesundheitshilfe informiert!

Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

Weitere Informationen

Wer mehr über Q10 wissen möchte, kann eine kostenlose Broschüre aus der Gesundheitsreihe der Deutschen Gesundheitshilfe anfordern:

Deutsche Gesundheitshilfe, Stichwort „Q10“, Postfach 940303, 60461 Frankfurt am Main.

Bitte einen mit EUR 0,55 frankierten und an sich selbst adressierten Rückumschlag DIN lang beilegen.

DEUTSCHE GESUNDHEITSHILFE

Coenzym Q10

Die besondere Energiever-
sorgung für Herz, Kreislauf
und Leistungsfähigkeit



Wichtiger Hinweis: Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.