

## Astaxanthin 4 mg Kapseln

Dieses Produkt gibt es in folgenden Verpackungsgrößen:  
60 Kapseln (Art. Nr.:F101908)

### ■ Produkterläuterung

Die natürliche Zusammensetzung beinhaltet Astaxanthin und Karottenpulver, denn das Zusammenspiel verschiedener Carotinoide erweist sich als synergistisch effektiv. Es sind über 600 Carotinoide aus der Natur bekannt, nur etwa 50 von ihnen besitzen Provitamin-A-Aktivität. Astaxanthin gewonnen aus dem Anbau von speziellen Süßwasseralgen ist ein Carotinoid mit einzigartiger Molekularstruktur und wird aus der Mikroalge *Haematococcus pluvialis* hergestellt. Die Mikroalge ist ein wichtiger Bestandteil in der Nahrungskette der Lachse und man geht davon aus, dass die ungeheure Muskelkraft dieser Fische, die sie dazu befähigt, flussaufwärts zu springen und zu schwimmen mit dem in der Mikroalge enthaltenden Astaxanthin in Verbindung steht. Höchstwahrscheinlich ist auch die typische Farbe des Lachses auf das Astaxanthin zurückzuführen.

Primär bekannt sind Carotinoide aufgrund ihrer entscheidenden antioxidativen Aktivität zur Hemmung der Lipidperoxidation (LDL ↓) und Inaktivierung von zelltoxischem Singulett-Sauerstoff, als antioxidativer Lichtschutz und als bedeutender Faktor für die Makula bzw. Sehschärfe. Immunmodulierende Faktoren wie die allgemeine Immunantwort, Aktivität der NK-Zellen und Zellproliferation (B- und T-Zellen) sind gut belegt. Aber auch im Arachidonsäurestoffwechsel und in der interzellulären Kommunikation übernehmen Beta-Carotine wichtige Aufgaben.

### ■ Physiologischer Nutzen

Als natürlich-gewonnene Antioxidantien und daher laut Studien gesteigerter Bioverfügbarkeit, schützen sie vor Auswirkungen oxidativen Stress'. Neben dem regulären Mehrbedarf einer erhöhten oxidativen Belastung, sind Alter, eine hohe Sonnenlichtexposition und Sport weitere Einflussfaktoren. Insbesondere die Regeneration soll bei intensiven Belastungsphasen positiv beeinflusst werden. Eine unzureichende Zufuhr über die Ernährung bzw. Aufnahme (Maldigestion) sowie Dyspepsie und Reizdarmsyndrom werden mit einem erhöhten Bedarf assoziiert.

Insbesondere bei radikal assoziierten Prozessen wie auch einer erhöhten Infektanfälligkeit, Lichtdermatosen und einer abnehmenden Lese- und Sehschärfe im Alter (altersbedingte Makuladegeneration) werden Carotinoide empfohlen. Präventiv nimmt Astaxanthin eine Rolle bei Arteriosklerose ein.

### ■ Dosierungsempfehlung

Falls nicht anders verordnet, täglich 2 Kapseln vor der Hauptmahlzeit oder sportlicher Aktivität unzerkaut mit viel Flüssigkeit einnehmen.

### ■ Inhaltsstoffe pro Kapsel

L-Arginin	299 mg
Ornithin	117 mg
Füllstoff: Siliciumdioxid	
Kapselhülle: Gelatine	

Ohne Zugabe von

- ✓ Lactose
- ✓ Fructose

### ■ Studien

Belviranli , M., & Okudan, N. (2015). Antioxidants in Sport Nutrition. Well-Known Antioxidants and Newcomers in Sport Nutrition. Boca Raton: CRC Press/Taylor & Francis.

Cicccone, M., Cortese, F., Gesualdo, M., Carbonara, S., Zito, A., Ricci, G., Riccioni, G. (2013). Dietary Intake of Carotenoids and Their Antioxidant and Anti-Inflammatory Effects in Cardiovascular Care. Mediators of Inflammation.

Gammone, M., Riccioni, G., & D'Orazio, N. (2015). Marine Carotenoids against Oxidative Stress: Effects on Human Health . Marine Drugs, S. 6226-6246.

Kishimoto, Y., Yoshida, H., & Kondo, K. (2016). Potential Anti-Atherosclerotic Properties of Astaxanthin. Marine Drugs.