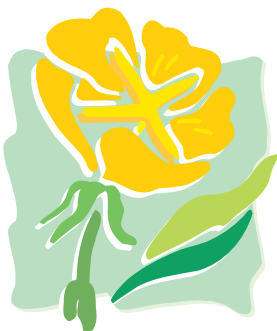


Nachtkerzenöl-Kapseln



Einführung
Nachtkerzenöl-Kapseln PHYTOMED enthalten reines, natürliches, pflanzliches Öl, das aus den Samen der Nachtkerze (*Oenothera biennis*) durch Kalt-pressung schonend

gewonnen wurde. Im Nachtkerzenöl sind mindestens 74% mehrfach ungesättigte Omega-6-Fettsäuren enthalten. Deren wichtigste Vertreter sind die Linolsäure (66%) und Gamma-Linolensäure (8%).

Diese Fettsäuren sind für den Körper essentiell, d. h. sie können vom menschlichen Organismus nur in ungenügender Menge hergestellt und müssen deshalb dem Körper mit der Nahrung zugeführt werden.

Sie dienen als Ausgangssubstanzen für die Herstellung bestimmter Gewebshormone oder Eicosanoiden, die im ganzen Körper benötigt werden.

Linolsäure und Gamma-Linolensäure sind für den menschlichen Organismus insbesondere wichtig für

- das gesunde Funktionieren jeder einzelnen Zelle, da sie natürlicher Bestandteil der Zellmembranen sind und für den Erhalt ihrer Geschmeidigkeit und Reaktionsbereitschaft sorgen,
- die Bereitstellung von Ausgangssubstanzen für die körpereigenen Hormonproduktion,
- die Regulation der Fließfähigkeit des Blutes,
- die Verminderung von Entzündungen,
- die Erhaltung der gesunden Haut und Haare.

Zusammensetzung Nachtkerzenöl-Kapseln PHYTOMED

500 mg kalt gepresstes fettes Öl aus den Samen der Nachtkerze *Oenothera biennis* pro Kapsel. Ausserdem 2,5 mg natürliches Vitamin E-Konzentrat als Antioxidans.

Kapselhülle

Vegetabil, hergestellt aus modifizierter Stärke (Tapiokastärke)

Feuchthaltemittel: Sorbitol, Mannitol, Glycerol

Emulgator: Glycerolmonostearat

Überzugsmittel: Carnaubawachs

Die Kapseln sind frei von jeglichen Farbstoffen, Geschmacks- oder Konservierungsmitteln.

Inhaltsstoffe

Das Öl enthält essentielle ungesättigte Omega-6-Fettsäuren: davon mindestens 8% Gamma-Linolensäure und 66% Linolsäure bezogen auf den Gesamtfettsäuren-Gehalt.

Dosierung

Falls nicht anders verordnet 2-mal 2 Kapseln pro Tag zu den Mahlzeiten mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

Die Behandlungsdauer beträgt im Allgemeinen 2–3 Monate, kann aber je nach Krankheitsverlauf und nach Absprache mit dem Arzt/der Ärztin verlängert werden.

Anwendungsmöglichkeiten Nachtkerzenöl

- Durch den förderlichen Einfluss auf die Fließfähigkeit des Blutes kann ein erhöhter Blutdruck positiv beeinflusst werden.

- Haut und Haare werden von innen gepflegt und Entzündungen eingedämmt, weshalb es im Rahmen der Behandlung der Neurodermitis (atopisches Ekzem), der trockenen, schuppigen Haut und auch der trockenen, brüchigen Haare verwendet werden kann.
- Die Symptome des prämenstruellen Syndroms wie Depression und Gereiztheit, schmerzende Brüste, Ödembildung und unreine Haut können mit Hilfe von Nachtkerzenöl gemildert werden.

Hinweise

Bei Erkrankungen der Gallenblase und/oder der Bauchspeicheldrüse, die eine Störung der Fettverdauung nach sich ziehen, dürfen die Nachtkerzenölkapseln nicht angewendet werden.

Bei gleichzeitiger Behandlung mit Medikamenten, die die Blutgerinnung hemmen (Antikoagulantien), sind regelmässige Blutkontrollen durch den behandelnden Arzt erforderlich.

Nachtkerzenöl kann zu einer langsamen Senkung erhöhter Blutdruckwerte führen. Deshalb sollte bei gleichzeitiger Einnahme blutdrucksenkender Medikamente der Blutdruck regelmässig kontrolliert werden.

Ein Unwohlsein aufgrund von Verdauungsstörungen (Durchfall, Übelkeit, Brechreiz, Aufstossen) kann in seltenen Fällen auftreten. Dies wird durch die empfohlene Einnahme der Kapseln zu den Mahlzeiten minimiert.

Gelegentlich können Kopfschmerzen, selten Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten.

Nährwertabelle

	100 g enthalten	1 Kapsel enthält
Energiewert	2822 kJ (674 kcal)	22 kJ (5,2 kcal)
Eiweiss	0,2 g	1,5 mg
Kohlenhydrate	28,2 g	218 mg
Fett	65 g	504 mg
davon Fettsäuren:		
– gesättigt	6,2 g	48 mg
– einfach ungesättigt	7,2 g	55 mg
– mehrfach ungesättigt	52,8 g	408 mg
– davon Omega-6	52,8 g	408 mg
Vitamin E	346 g	2,5 mg*

*deckt 25% der empfohlenen Tagesdosis

Packungen

120 oder 500 Kapseln.