

## Coenzym Q10 - Super-Antioxidans und Energielieferant

---

Liebe Leserinnen und Leser,



der heutige Gesundheitsbrief beschäftigt sich dem Coenzym Q10. Sie haben bestimmt schon mal davon gehört, denn Q10 wird auch als "Energiebooster" bezeichnet. Die kommenden Minuten sind womöglich die wichtigsten in Ihrem Leben. Sie stehen direkt vor der Entdeckung, wie Sie die Lebensqualität erheblich steigern können. Der Schlüssel zu mehr Lebensfreude ist Q10. In diesen Informationen ist zu lesen, wie Q10 auch für Sie den Weg zu einem energetischeren, vitaleren und gesünderen Körper freigibt.

### Quelle reiner Energie

---

Das Co-Enzym Q10 wird als natürliche Quelle reiner Körperenergie gesehen. Aber damit nicht genug. Q10 verringert die Gefahr der Herz-Kreislauf-Beschwerden und der Arterienverkalkung. Außerdem schützt diese Substanz Ihre Körperzellen vor den unaufhaltsamen Angriffen von schädlichen Viren, Bakterien und sonstigen Mikroorganismen. Schleichende Zivilisationskrankheiten haben eine geringere Chance, sich voll auszubilden und Ihr Leben kann so bedeutend verlängert werden.

### Nachfrage nach CoQ10 bricht alle Rekorde

---

Übrigens sind dies keine vagen Annahmen, sondern die knallharten Ergebnisse wissenschaftlicher und medizinischer Untersuchungen über die Wirkung von Q10 im menschlichen Körper. In Amerika, Japan und Europa bricht die Nachfrage nach Q10 zur Zeit denn auch alle Rekorde. Leider ist dieser Vitalstoff deshalb auch nicht gerade "billig" zu haben.

Mit unserer einzigartigen Produktzusammenstellung haben Sie jetzt die Möglichkeit, den Körper energetischer, vitaler und gesünder zu erhalten.

### Was bewirkt Q10?

---

Eine Vielzahl wissenschaftlicher und medizinischer Untersuchungen hat mittlerweile das

Geheimnis von Q10 gelüftet. Q10 ist ein wesentlicher Bestandteil des energieproduzierenden Systems, das in jeder Ihrer etwa 80 Billionen Körperzellen vorhanden ist. Q10 verwandelt Kohlenhydrate und Fette in Energie und speichert diese dann in dem Molekül ATP. Bei Muskelaktivitäten, Gehirnarbeit, Zellerneuerung und sonstigen Energie verbrauchenden Vorgängen im Körper wird diese Energie dann angefordert. Die Zellen spalten die ATP-Moleküle und die Energie wird direkt für die jeweiligen Körperaktivitäten freigesetzt. Je älter man ist, um so weniger Q10 steht zur Verfügung. Je mehr Q10 in den Körperzellen vorhanden ist, desto besser kann der Energiehaushalt des Körpers funktionieren. Bei fortschreitendem Alter lässt die Q10 Produktion in den Zellen langsam aber sicher nach. Es werden weniger Kohlenhydrate und Fette in reine Körperenergie umgewandelt, der Körper speichert den Rest als Fett. Die noch verfügbare Energie wird nun vor allem für die Aufrechterhaltung der wichtigsten Lebensfunktionen verwendet, also für Herz, Leber, Nieren, Gehirn und Verdauung. Die Energie in den Zellen reicht aber nicht mehr für optimale körperliche und geistige Leistungen aus. Sie fühlen sich müde und matt. Ihre Vitalität geht zurück. Die körperliche Widerstandsfähigkeit lässt nach und Sie können schneller krank werden.

**Wenn Sie älter werden und das Leben trotzdem ausschöpfen möchten, sollten Sie sich eine tägliche Q10-Ergänzung gönnen.**

## Weshalb werden wir älter?

---

Der menschliche Körper ist so angelegt, dass es durchaus möglich ist 150 Jahre zu erreichen. Trotzdem ist es eine große Ausnahme, wenn ein Alter von über 100 Jahren erreicht wird. Es ist eine Tatsache, dass die Körperfunktionen etwa ab dem 35. Lebensjahr immer mehr nachlassen. Es gibt zahlreiche Ursachen dafür, dass dieser Prozess schneller läuft als biologisch vorgegeben. Mit unserem Q10 Präparat ist es möglich, die beschleunigte Alterung des Körpers drastisch einzudämmen und länger energiereich, vital und gesund zu bleiben.

Wenn man Vitamine als Stoffe definiert, die der Körper zum Leben braucht, aber nicht selbst bilden kann, dann ist Coenzym Q10 für junge Menschen kein Vitamin, denn ihr Körper verfügt über die Fähigkeit zur Eigenproduktion von Coenzym Q10. Ältere Menschen hingegen sind darauf angewiesen, sich diese Substanz mit der Nahrung und eventuell als Nahrungsergänzung zuzuführen. Für sie gewinnt es Vitamincharakter, weil ihre Eigenproduktion nachlasst.

## Coenzym Q10 kommt in allen lebenden Organismen vor

---

Früher wurde das Coenzym Q10 als Ubichinon (von ubiquitar = überall vorkommend) bezeichnet. Von den bisher bekannten zehn Formen von Coenzym Q (Q1 bis Q10) wurde im menschlichen Zellgewebe nur Q10 gefunden. In seiner Struktur dem Vitamin E ähnlich, ist es an unzähligen Enzymreaktionen beteiligt. Daher sein heutiger Name: Co-Enzym.

Nach der Entdeckung des Coenzym Q10 in einem Rinderherz. 1957 wurde bald seine außerordentliche Bedeutung auch im menschlichen Organismus erforscht. Seine vielfältigen Funktionen machen es zu einem unentbehrlichen Multitalent.

## Die Aufgaben von Coenzym Q10:

---

- Es reguliert die Zellatmung.

- Als ein Bestandteil der Mitochondrien, der Kraftwerke der Zelle, fordert es die innere Energiegewinnung der Zelle.
- Als körpereigenes Antioxidans schützt es die Zelle vor freien Radikalen.
- Im Stoffwechselprozess gewinnt es verbrauchtes Vitamin E zurück.
- Es unterstützt die Entgiftungsfunktion der Leber

## Mit zunehmendem Alter wächst der Bedarf

---

Der menschliche Körper ist von Natur aus imstande, aus den verschiedenen Formen von Coenzym Q in der tierischen und pflanzlichen Nahrung die für ihn notwendige Form Q10 selbst herzustellen. Doch ab dem 40. Lebensjahr ist der Körper immer stärker darauf angewiesen, die fertige Form Q10 aus der Nahrung zu erhalten. 1989 wurde bekannt, wie die Änderungen des Q10- Spiegels in einzelnen Organen vom Alter abhängen. Danach nimmt die Menge an Q10 besonders im Herz um 31,8 Prozent ab, in der Milz um 12,8 Prozent und in der Niere um 27,4 Prozent.

Ob diese Veränderungen von einem Nachlassen der Eigenproduktion oder einem vermehrten Verbrauch herrühren, ist noch nicht geklärt. Auch die Forschung zur Wirkung zusätzlicher Gaben von Coenzym Q 10 erstreckt sich bisher überwiegend auf Anwendungsbeobachtungen und Erfahrungen mit älteren Patienten.

## Medikamente und einseitige Ernährung können zu einem Mangel an Coenzym Q10 führen

---

Mit den Jahren nimmt die Leistungsfähigkeit des Stoffwechsels ab und damit auch die Fähigkeit des Organismus, das Coenzym Q10 aus der Nahrung vollständig auszunutzen.

Ernährungsfehler wie einseitige Nahrungsauswahl und auch Störungen der Verdauungsfunktion, insbesondere der Fettverdauung, können hinzukommen. Nicht zu vergessen, dass ältere Menschen auch oft Medikamente einnehmen müssen. Wenn Sie zum Beispiel einen CSE-Hemmer (Cholesterin-Synthese-Enzym-Hemmer) zur Senkung des Cholesterinspiegels einnehmen, brauchen Sie mehr Q10. CSE-Hemmer vom Typ der Statine setzen bereits an einem frühen Schritt der körpereigenen Cholesterin-Synthese an. Dieser Schritt ist aber auch ein früherer Schritt bei der Bildung des körpereigenen Coenzym Q10. Diese wird also gleichzeitig abgeblockt. Auch ein Mangel an den Vitaminen Folsäure, B12, Niacin, Pantothensäure und B6 behindert die Eigenproduktion von Coenzym Q10.

## In diesen Fällen kann die zusätzliche Gabe von Q10 günstig sein:

---

- Alter über 40 Jahre
- Bei Zahnfleischentzündungen
- Bei körperlichem und seelischem Stress
- Bei Bluthochdruck
- Bei chronischer Herzschwäche
- Bei Diabetes mellitus
-

- Bei Muskelschwäche (Dystrophie)
- Bei einer Krebserkrankung

Eine Einnahme von Coenzym Q10 kann Ihre Medikation unterstützen, keinesfalls aber ersetzen.

## Günstige Effekte auf die allgemeine Leistungsfähigkeit älterer Menschen

---

Ältere Menschen, die hohe Spiegel des Coenzym Q10 aufweisen, zeichnen sich durch eine höhere Vitalität aus. Die allgemeine Leistungssteigerung macht sich aber viel weniger deutlich bei jungen Sportlern bemerkbar. In Tests erhielten diese sogar die hohe Dosis von täglich 300 mg Coenzym Q10. Dabei zeigte sich überraschenderweise keinesfalls die erwarteten Auswirkungen, allerdings auch keine Nebenwirkungen. Diese Tatsache spricht dafür, dass besonders Menschen im höheren Alter mit nachlassender körpereigenen Produktion positiv auf die zusätzliche Gabe von Coenzym Q10 reagieren.

## Erkrankungen bessern sich

---

Nach der Gabe von Q10 wurde festgestellt:

- Verbesserung der Pumpleistung des Herzens
- Senkung erhöhten Blutdrucks

Auch Herzrhythmusstörungen, Lungenödeme, Parodontitis und Netzhautveränderungen besserten sich unter der Gabe von Coenzym Q10. Durch eine entsprechende Ernährung und gegebenenfalls die vorbeugende Einnahme von Q10 können Sie körperlich und seelisch belastbarer werden.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



### Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

**[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)**

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln