

# ZINZINO

## BalanceOil

Zinzino BalanceOil ist eine synergistische Mischung aus hochwertigem Fischöl, das reich an den Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA<sup>4</sup> ist, und speziell ausgewähltem extra nativem Olivenöl mit einem hohen Polyphenolgehalt<sup>5</sup>. BalanceOil regelt und erhält zuverlässig die EPA- und DHA-Werte sowie das Omega-6- zu Omega-3-Verhältnis in Ihrem Körper.

BalanceOil unterstützt die optimale Hirnfunktion<sup>1</sup> sowie die normale Herzfunktion<sup>2</sup> und stärkt die Immunabwehr<sup>3</sup>.



### Hauptvorteile:

- ✓ Normale **Hirn** funktion <sup>1</sup>
- ✓ Gut für das **Herz** <sup>2</sup>
- ✓ Gut für Ihre **Immunabwehr** <sup>3</sup>
- ✓ Erhöht die EPA- und DHA-Konzentration im Körper auf sichere und effiziente Weise
- ✓ Hilft die normale Omega-6/Omega-3-Balance einzustellen
- ✓ Erhöht den Polyphenol-Spiegel in Ihrem Körper und schützt die Blutfette so vor oxidativem Stress <sup>6</sup>
- ✓ Unterstützt eine gesunde und normale Augenfunktion <sup>7</sup> den Triglycerid-Spiegel im Blut <sup>8</sup>, normalen Blutdruck <sup>9</sup>, einen normalen Kalziumspiegel im Blut <sup>10</sup> gesunde Knochen <sup>11</sup>, die Muskelfunktion <sup>12</sup>, gesunde Zähne <sup>13</sup> und die Zellteilung <sup>14</sup>.

# Eine synergistische Rezeptur

## HIRNFUNKTION

EPA und DHA haben nachgewiesene positive gesundheitliche Auswirkungen auf die Aufrechterhaltung der normalen Gehirnfunktion<sup>1</sup>. Bei Schwangeren trägt DHA trägt zur normalen Hirnentwicklung des Fötus bzw. des Säuglings bei<sup>1</sup>. Die langkettigen Omega-3-Fettsäuren sind wichtig für uns- und für die nächste Generation.

## GUT FÜR IHR HERZ

EPA und DHA haben nachgewiesene positive Auswirkungen auf Ihre Herzgesundheit. Sie tragen zur gesunden Funktion unseres Herzens bei<sup>2</sup>.

## GUT FÜR IHRE IMMUNABWEHR

BalanceOil enthält Vitamin D, das von entscheidender Bedeutung für das Immunsystem ist, da es zu seiner normalen Funktion beiträgt<sup>3</sup>.

## DAS FISCHÖL

Die Fischöle, die wir verwenden (von LYSI in Island), stammen zum Großteil von kleinen, pelagischen Fischarten mit kurzer Lebensdauer wie Sardinen, Sardellen und Makrelen. Es gibt jedoch keine Voraussetzungen dafür, dass lediglich bestimmte Fischarten zu verwenden sind. Der kritische Faktor besteht in einem Fettsäureprofil, das das Verhältnis von Omega-6/3-Fettsäuren im Körper innerhalb von 120 Tagen optimiert. Unser Fischöl wird aus ganzen, unverarbeiteten Fischen gewonnen. Das Fischöl durchläuft einen Raffinierungsprozess, bei dem Umweltschadstoffe entfernt werden. Die Fischöle, die in unseren Balance-Produkten verwendet werden, haben eine strenge Vorschriften für EPA und DHA und sind nachweislich frei von Schwermetallen und anderen Giftstoffen. Lysi, der Hersteller des BalanceOil, erfüllt alle gesetzlichen Anforderungen an die Herstellung ebenso wie die GMPs (Good Manufacturing Practices) für Nahrungsmittel und pharmazeutische Produkte.

## DAS OLIVENÖL

BalanceOil enthält ein spezielles, kalt gepresstes extra natives Olivenöl, das vor allem wegen seines hohen Polyphenolgehalts (mehr als 350 mg/kg) gewählt wurde<sup>5</sup>. Polyphenole sind starke Antioxidantien mit einer Vielzahl positiver Wirkungen. Sie schützen BalanceOil in der Flasche und, was ebenso wichtig ist, in Ihrem Körper. Unsere Produkte sind GVO-frei, also frei von gentechnisch veränderten Organismen.

## FISCH- UND OLIVENÖL / SYNERGIE = ERGEBNISSE

Moderne verarbeitete Lebensmittel enthalten große Mengen an Omega-6-Fettsäuren, jedoch nur unzureichende Mengen an Omega-3-Fettsäuren. Unsere Wissenschaftler haben in BalanceOil Omega-3 mit den korrekten Mengen der richtigen Polyphenole kombiniert- eine synergetische Kombination, die erstaunliche Ergebnisse liefert.

## NACHWEIS DER BALANCE IN NUR 120 TAGEN

Unsere zertifizierten Labors haben mehr als 270.000 Tests (Stand Januar 2019) analysiert und somit die größte Datenbank der Welt erstellen können. Die durchschnittliche Omega-6: 3-Bilanz bei Leuten, die keine Omega-3-Nahrungsergänzung zu sich nehmen, ist 12: 1 in Nordeuropa, 15: 1 in Europa und 25: 1 in den USA. Nachdem das BalanceOil über 120 Tage hinweg eingenommen wurde, lag die durchschnittliche Balance bei unter 5:1 und in vielen Fällen sogar unter 3:1.

## DOSIERUNGSEMPFEHLUNG:

0,15 ml BalanceOil pro Kilogramm Körpergewicht. Die Portionsgröße richtet sich nach dem Körpergewicht. Erwachsene mit einem Gewicht von 50 kg: 7,5 ml/Tag. Erwachsene mit einem Gewicht von 80 kg: 12 ml/Tag. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

## LAGERUNG:

Lagern Sie ungeöffnete Flaschen an einem dunklen und trockenen Ort bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank. Bewahren Sie angebrochene Flaschen im Kühlschrank auf und verbrauchen Sie sie innerhalb von 45 Tagen. Bei Temperaturen unter 4 °C kann das Olivenöl im BalanceOil flockig werden. Bei Zimmertemperatur wird es wieder klar. Darf nicht in die Hände von Kindern gelangen.

## HINWEIS:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Wenn Sie blutverdünnende Medikamente einnehmen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt, bevor Sie BalanceOil verwenden.

NÄHRWERT	pro 7,5 ml	12 ml
Fischöl	4142 mg	6627 mg
Omega-3	1549 mg	2478 mg
davon: C20:5 (EPA)	802 mg	1283 mg
davon: C22:6 (DHA)	427 mg	683 mg
Ölsäure (Omega-9)	1918 mg	3069 mg
Vitamin D3 (250 % der RDA)	12,6 µg	
(400 % der RDA)		20 µg

\*) % der empfohlenen Tagesdosis (RDA) laut der Richtlinie 90/496/EWG

## INHALTSSTOFFE:

Fischöle (aus Sardellen, Makrelen, Sardinen), kaltgepresstes Olivenöl, gemischte Tocopherole (Antioxidantien), Aroma, Vitamin D3 (Cholecalciferol).

## Häufig gestellte Fragen

### Was ist Omega-3?

Omega-3 ist ein Sammelbegriff für eine Gruppe von langkettigen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren, bei denen die erste Doppelbindung, von dem Methylende aus gesehen, zwischen Kohlenstoff Nummer 3 und 4 vorliegt. Omega-3-Fettsäuren sind essenziell. Das heißt, der Körper kann sie nicht selber bilden, sondern muss sie mit der Nahrung aufnehmen. Die Ausnahme sind Frauen im gebärfähigen Alter. Diese produzieren kleine Mengen von Omega-3-Fettsäuren. Dennoch wird auch für Frauen dieser Altersgruppe die Aufnahme von Omega-3-Fettsäuren über die Nahrung empfohlen. Es gibt verschiedene Arten von Omega-3-Fettsäuren: kurzkettige Omega-3-Fettsäuren aus dem Pflanzenreich und langkettige Omega-3-Fettsäuren aus marinen Quellen. Langkettige Omega-3-Fettsäuren haben die stärkste bioaktive Wirkung, insbesondere die Eicosapentaensäure (EPA, C20:5 Omega-3) und die Docosahexaensäure (DHA, C22:6 Omega-3-3).

### In welchen Lebensmitteln ist Omega-3 enthalten?

Langkettige Omega-3-Fettsäuren (EPA und DHA) kommen vor allem in fettreichem Fisch wie Sardinen, Makrelen, Sardellen und Lachs vor, um nur einige zu nennen. Die kurzkettige Omega-3-Fettsäure alpha-Linolensäure (ALA) findet man in den meist pflanzlichen Ölen.

### Warum sollte man Omega-3 zur Nahrungsergänzung einnehmen?

Omega-3-Fettsäuren aus marinen Quellen sind wichtig für ein normales, ausgewogenes Verhältnis zwischen den Bestandteilen im Körper. Darüber hinaus spielt Omega-3 eine große Rolle bei der natürlichen und gesunden Entwicklung und beim Wachstum. Eine Reihe von dokumentierten wissenschaftlichen Studien zeigen die große Bedeutung von Omega-3 (EPA und DHA) für ein gesundes Herz-Kreislauf-System<sup>2</sup>, die fetale Entwicklung<sup>1</sup>, die kognitive Leistungsfähigkeit sowie Stimmung und Verhalten, um nur ein paar Beispiele zu nennen.

### Wie viel Omega-3 brauche ich?

Die Empfehlungen hinsichtlich der täglichen Mindestmenge von EPA und DHA variieren je nach Ländern und Organisationen. Hier einige Beispiele:

- EFSA (Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit): 250 mg EPA + DHA/Tag
- American Heart Association: zwei Portionen fetter Fisch pro Woche
- ISSFAL (International Society for the Study of Fatty Acids and Lipids): mindestens 500 mg EPA+DHA/Tag
- WHO (Weltgesundheitsorganisation): 200-500 mg EPA+DHA/Tag

Unsere westliche Ernährung liefert einen Überschuss von Omega-6-Fettsäuren im Vergleich zu Omega-3-Fettsäuren. Die Tagesdosis an Omega-3-Fettsäuren muss also auf 3 Gramm erhöht werden, um ein normales Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren herzustellen.

### Woher kommt der Fisch, der für BalanceOil verwendet wird?

Unser Balance Oil wird in Island von LYSI hergestellt. Das verwendete Fischöl stammt hauptsächlich von kurzlebigen, kleinen pelagischen Fischen wie Sardinen, Sardellen und Makrelen. Es ist kein bestimmter Fisch erforderlich, sodass im Laufe der Zeit bis zu 30 verschiedene Fischarten verwendet werden können. Ein kritischer Faktor ist, dass das Fischöl ein optimales Fettsäureprofil (EPA + DHA) aufweist und dies stellt sicher, dass das Öl innerhalb von 120 Tagen das Omega-6/3 Fettsäure-Balance im Körper effizient optimiert.

Der Fisch wird an verschiedenen Orten wie dem Atlantischen Ozean und dem Pazifischen Ozean wild gefangen.

Das Fischöl wird von den örtlichen Behörden zertifiziert, dabei wird erhoben, dass nur in zugelassenen Fanggebieten gefischt wurde, viele dieser Fanggebiete wurden von der Organisation „Friends of the Sea“ genehmigt.

Unser Fischöl stammt vom ganzen und unverarbeiteten Fisch, die Reste werden, um Abfall zu reduzieren, wiederverwertet, z.B. für Tierfutter.

Das Fischöl wird sorgfältig analysiert und zertifiziert, um alle europäischen Vorschriften in Bezug auf Schwermetalle, Toxine und andere Verunreinigungen zu erfüllen.

Bei LYSI durchläuft das Öl weitere Raffinationsprozesse, um sämtliche Verunreinigungen mit Giften und Schadstoffen aus der Umwelt zu entfernen, bevor es mit dem Olivenöl vermischt wird.

LYSI erfüllt alle regulatorischen Anforderungen für die Produktion und folgt der GMP (Good Manufacturing Practice = Gute Herstellungspraxis) für Lebensmittel und pharmazeutische Produkte.

### Kommen in dem Fischöl genetisch veränderte Inhaltsstoffe vor?

Nein.

### Warum ist ein normales Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren wichtig?

Unsere westliche Ernährung liefert reichlich Omega-6-Fettsäuren und relativ kleine Mengen von marinen Omega-3-Fettsäuren, wodurch sich das Ungleichgewicht zwischen Omega-6-Fettsäuren und Omega-3-Fettsäuren im Körper erhöht. Dieses Ungleichgewicht ist ein wesentlicher Faktor bei der Entstehung von lebensstilbedingten Gesundheitsproblemen. Sowohl Omega-6- als auch Omega-3-Fettsäuren sind Vorstufen hormonähnlicher Signalmoleküle (Eicosanoide) im Körper. Aus Omega-6 gewonnene Eicosanoide begünstigen Entzündungen und unterstützen chronische Entzündungen. Signalmoleküle, die aus Omega-3-Fettsäuren gewonnen werden, haben ein geringeres entzündliches Potential, einige sind sogar entzündungshemmend. In vielerlei Hinsicht ergänzen Eicosanoide einander. Daher ist deren ausgewogenes Verhältnis so wichtig. Ein normales Verhältnis zwischen Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren ist unabdingbar für ein gutes Eicosanoidgleichgewicht, während ein hoher Anteil von Omega-6- im Vergleich zu einem niedrigen Anteil von Omega-3-Fettsäuren chronische Entzündungsprozesse begünstigt. Der Nordische Ministerrat empfiehlt ein Omega-6/Omega-3-Fettsäure-Verhältnis in der Nahrung von unter 5:1.

### Woran erkenne ich, dass bei mir ein gesundes Omega-6/Omega-3-Fettsäure-Verhältnis vorliegt?

Wir raten jedem, die Balance von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren im Körper mit unserem ZinzinoTest zu ermitteln. Der Test misst die Fettsäuren im kompletten Blut, denn diese spiegeln das Fettsäureprofil in Ihrer täglichen Nahrung wider. Aus dem Fettsäureprofil wird der Omega-3-Spiegel und das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren ermittelt. Bei einer ausgewogenen Ernährung liegt das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren bei unter 5:1, im Idealfall bei unter 3:1.

## BalanceOil GESUNDHEITSBEZOGENE ANGABEN (EFSA)

1. DHA trägt zur Erhaltung der normalen Hirnfunktion bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 40 mg DHA pro 100 g und pro 100 kcal enthalten. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 250 mg DHA einstellt. Die Aufnahme von Docosahexaensäure (DHA) während der Schwangerschaft trägt zur normalen Hirnentwicklung des Fötus und bzw. des Säuglings bei. Schwangere und stillende Frauen müssen informiert werden, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 200 mg DHA zusätzlich zu der empfohlenen Tagesdosis für Omega-3-Fettsäuren für Erwachsene einstellt, welche 250 mg DHA und EPA beträgt. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die eine Tagesdosis von mindestens 200 mg DHA enthalten
2. EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine EPA- und DHA-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON OMEGA-3-FETTSÄUREN, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 250 mg EPA und DHA einstellt.
3. Vitamin D trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON VITAMIN D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.
4. Eine Angabe, dass ein Lebensmittel reich an Omega-3-Fettsäuren ist, sowie jede Angabe, die die gleiche Bedeutung für den Verbraucher hat, darf nur dann gemacht werden, wenn das Produkt mindestens 0,6 g alpha-Linolensäure pro 100 g und pro 100 kcal oder mindestens 80 mg aus der Summe von Eicosapentaensäure und Docosahexaensäure pro 100 g und pro 100 kcal enthält. Quelle analysiert und zertifiziert
5. Das für das BalanceOil verwendete extra native Öl stammt von der Picual-Olive, die kalt gepresst und im Anschluss speziell nach dem Kriterium eines hohen Polyphenolgehalts (über 350 mg/kg) ausgewählt wird. Quelle analysiert und zertifiziert.
6. Polyphenole aus Olivenöl tragen zum Schutz der Blutfette vor oxidativem Stress bei. Die Angabe darf nur für Olivenöl verwendet werden, das mindestens 5 mg Hydroxytyrosol und dessen Derivate (z.B. Oleuropein-Komplex und Tyrosol) pro 20 g Olivenöl enthält. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 20 g Olivenöl einstellt.
7. DHA trägt zur normalen Funktion der Augen bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die mindestens 40 mg DHA pro 100 g und pro 100 kcal enthalten. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 250 mg DHA einstellt. Die Aufnahme von Docosahexaensäure (DHA) trägt bei Babys bis zu 12 Monaten zur Entwicklung eines normalen Sehvermögens bei. Der Verbraucher muss die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 100 mg DHA einstellt. Wenn die Angabe auf Folgenahrung verwendet

wird, muss das Lebensmittel mindestens 0,3 % der gesamten Fettsäuren als DHA enthalten.

8. DHA und EPA tragen zu normalen Triglyceridwerten im Blut bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die eine Tagesdosis von 2 g EPA und DHA enthalten. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 2 g EPA und DHA einstellt. Wenn die Angabe auf Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet wird, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass die ergänzende Tagesdosis von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf. DHA trägt zur Aufrechterhaltung normaler Triglyceridwerte im Blut bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die eine Tagesdosis von 2 g DHA liefern und die DHA in Kombination mit Eicosapentaensäure (EPA) enthalten. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 2 g DHA einstellt. Wenn die Angabe auf Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet wird, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass die ergänzende Tagesdosis von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf.
9. DHA und EPA tragen zum Erhalt des normalen Blutdrucks bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die eine Tagesdosis von 3 g EPA und DHA enthalten. Um die gesundheitsbezogene Angabe tragen zu dürfen, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass sich die positive Wirkung bei einer Tagesdosis von 3 g EPA und DHA einstellt. Wenn die Angabe auf Nahrungsergänzungsmitteln und/oder angereicherten Lebensmitteln verwendet wird, muss der Verbraucher die Information erhalten, dass die ergänzende Tagesdosis von 5 g EPA und DHA kombiniert nicht überschritten werden darf.
10. Vitamin D trägt zu einem normalen Kalziumspiegel im Blut bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON VITAMIN D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.
11. Vitamin D trägt zur Erhaltung der Knochen bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON Vitamin D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.
12. Vitamin D trägt zur normalen Funktion der Muskulatur bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON VITAMIN D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.
13. Vitamin D trägt zum Erhalt der Zähne bei. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON VITAMIN D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.
14. Vitamin D spielt eine wichtige Rolle bei der Zellteilung. Die Angabe darf nur für Lebensmittel verwendet werden, die zumindest eine Vitamin-D-Quelle im Sinne der Angabe QUELLE VON Vitamin D, wie im Anhang zur Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 aufgeführt, sind.