

Omega-3-Index: Schutz vor plötzlichem Herztod

Jedes Jahr sterben in Deutschland 120.000 Personen am plötzlichen Herztod. Damit ist er eine der häufigsten Todesursachen. Betroffen sind nicht nur Personen mit einer bekannten Herzerkrankung, sondern oftmals tritt er völlig unvermutet ein. Verschiedene Risikofaktoren wurden bereits vorgeschlagen, jedoch erwies sich bisher keiner als hinreichend aussagekräftig.

Bisher wurden den Omega-3-Fettsäuren überwiegend eine präventive Wirkung bei Arteriosklerose und koronaren Herzkrankheiten zugesprochen. In den letzten Jahren sind zudem auch noch eine schützende Wirkung bei Herzrhythmusstörungen und bei Gefahr eines plötzlichen Herztods in den Mittelpunkt des Interesses gerückt.

Aufgrund neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse stellt sich der Omega-3-Index als aussagekräftiger Risikofaktor für den plötzlichen Herztod dar.



Omega-3-Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren sind eine spezielle Gruppe innerhalb der ungesättigten Fettsäuren. Sie gehören zu den essentiellen Fettsäuren, sind also lebensnotwendig und können vom Körper nicht selbst hergestellt werden. Deshalb müssen wir täglich eine ausreichende Menge aus tierischen oder pflanzlichen Quellen mit unserer Ernährung aufnehmen, um unseren Körper ausreichend mit diesem Nährstoff versorgen zu können.

Bestimmung des Omega-3-Index

Der Omega-3-Index misst den prozentualen Anteil der Omega-3-Fettsäuren am Gesamtfettsäuregehalt im Blut. Liegt er unter 4%, so ist die Wahrscheinlichkeit für einen plötzlichen Herztod **mindestens 10mal so groß**, als wenn der Omega-3-Index über 8% liegt.

Die Bestimmung erfolgt mittels eines streng standardisierten Verfahrens, das höchste Präzision und Validität garantiert. Mit dem Befund erhält der Patient detaillierte Therapie- und Ernährungsempfehlungen.

Untersuchung	Ergebnis
Mikronährstoffe	
Omega-3-Index:	
Eicosapentaensäure (EPA) 20:5	3,17 % ges. FS
Docosahexaensäure (DHA) 22:6	3,62 % ges. FS
Omega-3-Index (EPA und DHA)	6,79 % ges. FS

Befundbeispiel für einen erniedrigten Omega-3-Index

Vorkommen der Omega-3-Fettsäuren:

- in Pflanzenölen wie z.B. Rapsöl, Leinöl, Traubenkernöl
- in fetten Kaltfischen wie z.B.
 - Lachs (1,8 Gew. %)
 - Sardellen (1,7 Gew. %)
 - Hering (1,2 Gew. %)
 - Sardinen (1,4 Gew. %)
 - Thunfisch (0,7 G)



Omega-3-Fettsäuren nach Myokardinfarkt

Omega-3-Fettsäuren reduzieren das Auftreten des plötzlichen Herztodes in Europa bei Patienten nach Myokardinfarkt um ca. 50%. Dies ist einer der Gründe, warum Omega-3-Fettsäuren zur Nachbehandlung nach Myokardinfarkt von den kardiologischen Fachgesellschaften der Welt empfohlen werden. 3 Monate nach Beginn der Einnahme von entsprechenden Präparaten sollte der Omega-3-Index kontrolliert werden.

* Gesundheit

Ein Auszug aus unserem diagnostischen und präventivmedizinischen Leistungsangebot:

LDL-Cholesterin: Risiko für Herzerkrankungen!

Mit der Bestimmung der LDL-Subklassen mittels des neu entwickelten LipoMun®-Test kann die Vorhersagekraft für eine koronare Herzerkrankung deutlich verbessert werden.

Tumortest M2-PK: Darmkrebs früh und sicher erkannt!

Beim Tumor M2-PK Stuhltest handelt es sich um einen Test, der nicht nach verstecktem Blut im Stuhl sucht, sondern ein für diesen Krebs typisches Enzym im Stuhl nachweisen kann.

Prostatakrebs: PSA zur Krebsfrüherkennung

PSA, das Prostata-spezifische Antigen, ist ein Eiweiß, das von der Prostata gebildet wird und im Blut nachweisbar ist. Bei einem vorhandenen Prostata-Karzinom ist die PSA-Konzentration im Blut erhöht.

🔍 Live-Vorträge im Internet auf www.medivere.de

Immer mehr Teilnehmer nutzen die Möglichkeit, sich über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zu Gesundheit und Vorsorge bei unseren Live-Vorträgen im Internet zu informieren. Hochqualifizierte Referenten vermitteln kostenfrei, fundiert und verständlich Themen aus Wissenschaft und Medizin und geben hilfreiche Tipps zu Therapie und Vorsorge.

