

Michael Nehls

Algenöl

**Die Ernährungsrevolution aus dem Meer
Lebenswichtiges Omega-3 in
seiner wirksamsten Form**

Originalausgabe

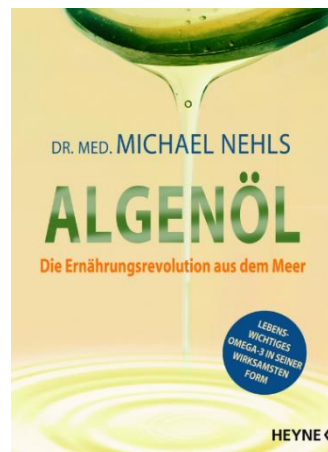
272 Seiten, Paperback, Klappenbroschur
durchgehend 4c

ISBN: 978-3-453-60493-3

€ 16,99 [D] | € 17,50 [A] | CHF 23,90 (UVP)

Verlag: Heyne

ET: 10. September 2018



Algenöl: Das Multitalent für die Gesundheit

Algenöl ist die ursprüngliche Quelle für lebenswichtige, bioaktiven Omega-3-Fettsäuren und damit die einzige vegane Omega-3-Alternative zu Fisch und Meeresfrüchten, Fischöl und Krillöl.

Algenöl sollte wie Obst und Gemüse grundlegender Bestandteil unserer Ernährung sein. Bereits ein Teelöffel des wertvollen Lebensmittels deckt den täglichen Bedarf.

Die Entwicklung unseres Gehirns fand in einer Zeit statt, als Fische und Meeresfrüchte Grundnahrung waren. Deshalb kann unser Körper nur deren *aquatische* Omega-3-Fettsäuren effizient verwerten. Doch mittlerweile sind die Weltmeere überfischt und verseucht. Eine ausreichende Versorgung der Weltbevölkerung mit aquatischen Omega-3-Fettsäuren ist nicht mehr möglich. Die Folgen sind schwerwiegend: Während der kindlichen Entwicklung führt ein Defizit an diesem unentbehrlichen Hirnbaustoff zu gravierenden Einbußen der emotionalen, sozialen und rationalen Intelligenz – bis hin zu AD(H)S und Autismus. Eine ausreichende Versorgung hingegen erhöht die geistige Leistungsfähigkeit in der Kindheit bis ins höchste Alter. Zudem senkt sie deutlich das Risiko, an Zivilisationskrankheiten wie Depression (bis Faktor 60!), Alzheimer, Herzinfarkt, Schlaganfall, Diabetes oder Krebs zu erkranken. Im Gegensatz zu Fisch und Meeresfrüchten kann Algenöl in unbegrenzten Mengen nachhaltig und schadstofffrei produziert werden - und den derzeitigen weltweiten Nährstoffmangel ausgleichen.

Einige Vorteile bei der Ernährung mit Algenöl:

- **höhere biologische Wertigkeit gegenüber Fischöl oder Krillöl**
- **höhere Bioverfügbarkeit: Der Körper nimmt die essenziellen Fettsäuren besser auf**
- **keine Verunreinigung durch Schadstoffe, kein Fischgeschmack**
- **vegane und nachhaltige Produktion. Die einzige Quelle an bioaktiven Omega-3-Fettsäuren, die den Weltbedarf sicherstellen kann**



© Alex Jung

Dr. med. Michael Nehls, Arzt und habilitierte Molekulargenetiker, entschlüsselte an verschiedenen nationalen und internationalen Forschungszentren die genetische Ursache mehrerer Erbkrankheiten. Er war leitender Genomforscher einer US-Firma und führte ein deutsches Biotechunternehmen. Heute arbeitet er als unabhängiger Medizinwissenschaftler, Sachbuchautor und Privatdozent. Bei Heyne erschienen seine Spiegel-Bestseller *Die Alzheimer-Lüge* und *Alzheimer ist heilbar* und *Die Formel gegen Alzheimer*. Er lebt mit seiner Familie in Freiburg.