

# NAHRUNGSERGÄNZUNG: Versprechen und Inhaltsstoffe

Die Publikation der ARED-2-Studie hat die Rolle der Nahrungsergänzung wieder in den Blickpunkt gerückt. Welche Schlussfolgerungen aus den vorliegenden Studienergebnissen zu ziehen sind, wird uns noch einige Zeit beschäftigen. AREDS-2 hat untersucht, ob eine Kombination von bestimmten Substanzen zu einer Reduktion des Progressionsrisikos bei fortgeschrittener AMD führt. Wir haben einen Blick auf die Inhaltsstoffe und Produktversprechen der wichtigsten Präparate geworfen.

**Studienkonform** gibt sich ProMacula Omega von Lenus als „Vitalstoffkombination nach AREDS II“, es decke „gezielt den erhöhten Bedarf an Mikronährstoffen von Personen mit nährstoffmangel-bedingter Altersabhängiger Makuladegeneration“.

Ziemlich ähnlich die Formulierung auf der Packung von Nutrof Total: Es helfe

„Mängel an Mikronährstoffen, Antioxidantien, essentiellen Fettsäuren und Lutein zu ergänzen, die mit dem Alter oder durch unausgewogene Ernährung (zu wenig Obst, Gemüse oder Fisch) auftreten können“. Hier findet sich kein Bezug auf AREDS, sondern der Hinweis: „Die Nutrof-Total-Formel wurde von Ernährungswissenschaftlern und Augenärzten (Netzhautspezialisten) entwickelt“.

Konkreter auf den „spezifischen Nahrungsbedarf von Patienten mit AMD“ verweist „CentroVision Lutein forte“, verbunden mit dem Versprechen: „Eine langfristige Einnahme kann die Augenfunktion unterstützen und das Fortschreiten der altersbedingten Makuladegeneration in gewissem Umfang aufhalten oder verlangsamen“.

„Ocuville Lutein Plus“ stellt sich auf der Packung selbstbewußt vor als „ergänzende bilanzierte Diät zur diätetischen Behand-



lung von Altersbedingter Makuladegeneration (AMD)“ und verweist gleich auf der Verpackung umfassend auf mögliche Unverträglichkeiten mit „Übelkeit und Aufstoßen mit Fischgeschmack im Mund“. „Macusan Royal“, das einschlägige Premium-Produkt von Agepha führt den viel versprechenden Untertitel „Zur diätetischen Behandlung der AMD“ und verspricht dann sehr allgemein: „Energie für Ihre Augen“.

Einige Produzenten schmücken ihre Packungen auch mit Qualitäts- und Prüf-siegeln, wie „Epax“ oder „FloraGlo“.

NAHRUNGSERGÄNZUNGS- UND DIÄTETISCHE LEBENSMITTEL							
Agepha Pharma s.r.o.				Alcon	Bausch+Lomb		
Luminox	Macusan		Royal	Vitalux Plus	Ocuville		
		Plus 					
Anthocyane aus Heidelbeer-Extrakt 170 mg, Anthocyane aus Açai-Extrakt 40 mcg, Gingko biloba 20 mg, Guarana 10 mg, Fett 6,7 mg, Povidon, Schellack, Magnesiumstearat, Cabosil	Lutein 10 mg, Gingko biloba 30 mg, Omega-3 40 mg, Zeaxanthin 2 mg, ges. Fettsäuren 0,004 g, mehrf. unges. Fettsäuren 0,0384 g, Ballaststoffe 0,14 g, Natrium 0,00001 g, Vitamin C 60 mg, Vitamin E 13,2 mg, Selen 20 mcg, Folsäure 300 mcg, Zink 5 mg, Kupfer 125 mcg	Lutein 20 mg, Gingko biloba 30 mg, Omega-3 40 mg, Zeaxanthin 2 mg, ges. Fettsäuren 0,004 g, mehrf. unges. Fettsäuren 0,038 g, Ballaststoffe 0,12 g, Natrium 0,00001g, Vitamin C 60 mg, Vitamin E 13,2 mg, Selen 20 mcg, Folsäure 300 mcg, Zink 5 mg, Kupfer 125 mcg	Lutein 12 mg, Zeaxanthin 0,6 mg, Co-Enzym Q10 5 mg, Omega-3 300 mg, Gelatin 253 mg, Wasser 40 mg, Glycerol 100 mg	Lutein 10 mg, Zeaxanthin 1 mg, Omega-3 255 mg, Vitamin C 60 mg, Vitamin E 20 mg, Zink 10 mg, Kupfer 0,25 mg	Drei Kapseln (Tagesdosis): Vitamin C 60 mg, Vitmin E 10 mg, Vitamin B6 2 mg, Vitamin B12 1 mcg, Zink 10 mg, EPA 413 mg, DHA 270 mg, Gamma-Linolensäure 15 mg	Zwei Kapseln (Tagesdosis): Lutein 10 mg, Vitamin C (L-Ascorbinsäure) 180 mg, Vitamin E (D-Alpha-Tocopherol) 30 mg, Zink 15 mg, Fischöl 1015 mg (davon Omega-3-Fettsäuren 600 mg, Docosa-hexaensäure DHA 360 mg), Zeaxanthin 2 mg	
30 Tabletten AVP 29,50 Euro	30 Tabletten AVP 24,50 Euro	30 Tabletten AVP 29,50 Euro	30 Kapseln AVP 29,90 Euro	28 Kapseln (18,7 g) / 84 Kapseln (56,2 g) AVP 19,50 / 47,22 Euro	90 / 270 Kapseln 19,96 / 49,97 Euro	60 / 180 Kapseln 20,95 / 58,95 Euro	
Croma-Pharma	Lenus Pharma		OmniVision		Pharmaselect	Théa	
Vitamac	ProMacula Omega		CentroVision		Lutamax	Nutrof Total	
		Light 	AMD Omega 3 		Lutein forte 	Duo 	
Zwei Kapseln (Tagesdosis): Vitamin C 300 mg, Vitamin E 60 mg, Zink 10 mg, Kupfer 1 mg, Selen 20 mcg, Lutein 12 mg, Zeaxanthin 5 mg, Gingko-biloba-Extrakt 20 mg, Citrusbioflavonoide 50 mg, Fischöl (50 % DHA/EPA) 300 mg, Alpha-Liponsäure 150 mg	Vier Kapseln (Tagesdosis): Vitamin C 500 mg, Vitamin E 400 mg, EPA 552 mg, DHA 252 mg, Kupfer 2 mg, Zink 80 mg, Zeaxanthin 2 mg, Lutein 10 mg	Zwei Kapseln (Tagesdosis): Vitamin C 250 mg, Vitamin E 200 mg, Omega-3-Fettsäuren 500 mg, Zink 40 mg, Kupfer 1 mg, Zeaxanthin 1 mg, Lutein 5 mg	Lutein 15 mg, Zeaxanthin 2 mg, Omega-3-Fettsäuren 1011 mg, Vitamin C 180 mg, Vitamin E 30 mg, Zink 20 mg, Kupfer 1 mg		Lutein 14 mg, Zeaxanthin 1 mg, Omega-3-Fettsäuren 162 mg, Vitamin C 60 mg, Vitamin E 20 mg, Niacin 10 mg NE, Zink 10 mg, Kupfer 0,25 mg	Eine Kapsel (Tagesdosis): Lutein 10 mg / 20 mg, Vitamin E 3,6 mg / 3,8 mg, DHA (Omega-3-FS) 240 mg, EPA (Omega-3-FS) 90 mg, Distelöl, Gelatine, Glycerin, pflanzlicher Lutein-Zeaxanthin-Extrakt, Eisenoxid 30 / 90 Kapseln (à 10 mg)	Vitamin C 60 mg, Vitamin E 10 mg, Zink 10 mg, Kupfer 0,5 mg, Selen 25 mcg, Lutein 10 mg, Zeaxanthin 2 mg, Omega-3-Fettsäuren (EPA, DHA, DPA) 330 mg, Resveratrol 1 mg
60 / 180 Kapseln 22,50 / 64,50 Euro	120 / 360 Kapseln 41,90 / 115,90 Euro	180 Kapseln 57,95 Euro	90 / 270 Kapseln 29,80 / 84,75 Euro		30 / 90 Kapseln 16,50 / 44,50 Euro	19,30 / 46,80 Euro 30 Kapseln (à 20 mg) 24,90 Euro	30 Kapseln 25,90 Euro

Diese Auflistung ist eine Überblicks-Information für Fachärzte, wirbt keinesfalls für einzelne Produkte und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit der Präparate oder Wirkstoffe. Quellen: Infomaterialien, Beipackzetteln. Stand: Juli 2013. Ohne Gewähr. Irrtum, Tipp- und Druckfehler vorbehalten.