

Astaxanthin und Schutz vor DNA-Schäden



Studiendesign:

- placebo-kontrollierte, doppelblinde, klinische Studie
- Teilnehmer: Junge erwachsene, gesunde Frauen im Ø-Alter von 21,5 Jahren (42 Frauen)
- Die 42 Frauen wurden gleichmäßig in drei Gruppen aufgeteilt:
 - Gruppe 1 erhielt 0 mg Ax/Tag
 - Gruppe 2 erhielt 2 mg Ax/Tag
 - Gruppe 3 erhielt 8 mg Ax/Tag über 8 Wochen



- Neben vielen Parametern wurde auch als Biomarker ein Abbauprodukt der DNA im Blutplasma herangezogen (8-OHdG).

Astaxanthin und Schutz vor DNA-Schäden

Fazit:

Astaxanthin senkt den Biomarker für Abbauprodukte der DNA im Blutplasma schon nach 4 Wochen bei einer Einnahme von nur 2 mg Ax/Tag! Das bedeutet Blut- und Gewebezellen wie Muskel- und Herzzellen können länger intakt bleiben. Gerade bei anstrengenden, körperlichen Tätigkeiten müssen die Zellen wie Muskel- und Herzzellen effektiv geschützt werden, um leistungsfähig zu bleiben.

