

La nouvelle Coenzyme Q10 Sandoz® soutient la production d'énergie par l'organisme à partir des aliments, un processus où elle exerce une fonction d'adjuvant pour le transport et la libération d'énergie.

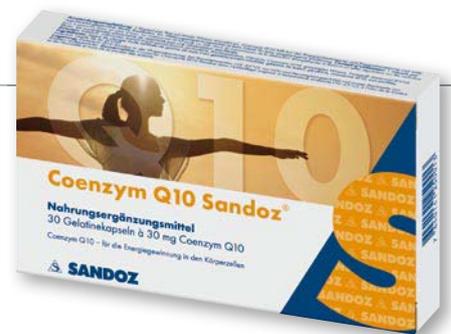
# La coenzyme Q10

## soutient la production d'énergie

Les mitochondries, centrales énergétiques de la cellule, transforment l'énergie des aliments en énergie « chimique », un processus où les ubiquinones jouent un rôle central. Chez l'être humain et les vertébrés, les ubiquinones comptent 10 sous-groupes, d'où le nom d'ubiquinone 10 ou de coenzyme Q10. Outre son rôle dans la production énergétique, la coenzyme Q10 assure la stabilité et la fonction des membranes cellulaires. Une insuffisance alimentaire, mais aussi une inhibition de la synthèse de coenzyme Q10 par certains médicaments – les statines – peuvent entraîner un déficit en coenzyme Q10. Les statines sont des hypolipémiants, que l'on prescrit aux patients ayant des niveaux trop élevés de cholestérol.

La Coenzyme Q10 Sandoz® fournit de l'énergie à l'organisme et optimise la performance musculaire et cardiaque.

Valeurs nutritionnelles Coenzyme Q10 Sandoz® 30 mg	
Composition	par capsule
Valeur énergétique	10,0 kJ / 2,4 kcal
Protéines	78,1 mg
Glucides	32,7 mg
Lipides	220,0 mg
Coenzyme Q10	30 mg
Unités-pain	0,003



### A savoir

Un emballage de Coenzyme Q10 Sandoz® 30 mg contient 30 ou 100 capsules de gélatine ; le produit est disponible en pharmacie et droguerie sans ordonnance. La coenzyme Q10 utilisée est produite par fermentation naturelle. En complément alimentaire, prendre une capsule 1x par jour avec un peu de liquide.

Elle est donc particulièrement indiquée dans les situations de besoin accru (efforts importants, stress), les activités sportives, lors d'une exposition intensive au soleil et chez les personnes âgées (anti-aging). Un apport externe de coenzyme Q10 peut prévenir la baisse des réserves endogènes de coenzyme Q10 due à la prise simultanée de statines.<sup>1</sup> En conséquence, nous recommandons aux patients traités par une statine d'associer à leur traitement une complément alimentaire en coenzyme Q10.

### La coenzyme Q10 en bref

- Soutient la production d'énergie dans les cellules
- Bénéfique chez les personnes âgées (anti-aging)
- Complète la baisse de production de Q10 induite par les statines
- Effet antioxydant, élimine les « radicaux libres » (cytoprotection)
  - situations d'effort accru
  - stress quotidien
  - activités sportives
  - forte exposition au soleil

<sup>1</sup> Langsjoen PH, Langsjoen AM. The clinical use of HMG CoA-reductase inhibitors and the associated depletion of coenzyme Q10. A review of animal and human publications. *Biofactors*. 2003;18(1-4):101-11.