

LUTAMAX

Was ist Lutamax?

Lutamax ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei altersbedingter Makuladegeneration (AMD). Die Einnahme wird in allen Phasen der AMD, auch in den Spätphasen, empfohlen.

Lutamax enthält den essentiellen Nährstoff Lutein. Beim Menschen wird Lutein in die Sehzellen der Netzhaut eingelagert. Es filtert dort das besonders energiereiche, blaue Licht und schützt dadurch die Sehzellen vor möglichen Lichtschäden. Lutein hat daher die Funktion einer „natürlichen Sonnenbrille“ für das Auge.

Zusammensetzung Lutamax 20 mg

pro 100 g pro Tagesdosis (1 Kapsel)

Brennwert (kJ/kcal)	2792,72 / 677,36	21,31 / 5,17
Fett	65,32 g	498,43 mg
davon gesättigte Fettsäuren	6,47 g	49,38 mg
Kohlenhydrate	7,73 g	58,94 mg
davon Zucker	0,00 g	0,00 mg
Ballaststoffe	5,90 g	45,00 mg
Eiweiß	14,56 g	111,07 mg
Salz	0,23 g	1,79 mg
Vitamin E	2,62 g	20,00 mg
Lutein	2,62 g	20,00 mg
Zeaxanthin-Ester	0,10 g	≥0,80 mg
Broteinheiten	0,50	0,01

Zutaten:

Distelöl, Gelatine, pflanzlicher Lutein-Zeaxanthinextrakt aus Studentenblumen, Feuchthaltemittel Glycerin, Vitamin E (D-a-Tocopherol), Farbstoff (Eisenoxid rot), Wasser

Zusammensetzung Lutamax 10 mg

pro 100 g pro Tagesdosis (1 Kapsel)

Brennwert (kJ/kcal)	2885,77 / 699,86	22,02 / 5,34
Fett	68,54 g	522,93 mg
davon gesättigte Fettsäuren	7,19 g	54,88 mg
Kohlenhydrate	7,85 g	59,91 mg
davon Zucker	0,00 g	0,00 mg
Ballaststoffe	2,95 g	22,5 mg
Eiweiß	14,46 g	110,35 mg
Salz	0,23 g	1,78 mg
Vitamin E	2,62 g	20,00 mg
Lutein	1,31 g	10,00 mg
Zeaxanthin-Ester	0,05 g	≥0,40 mg
Broteinheiten	0,50	0,01

Zutaten:

Distelöl, Gelatine, Feuchthaltemittel Glycerin, pflanzlicher Lutein-Zeaxanthinextrakt aus Studentenblumen, Vitamin E (D-a-Tocopherol), Farbstoff (Riboflavin), Wasser

Diätetischer Zweck von Lutamax

Lutamax dient als Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) in allen Phasen der altersbedingten Makuladegeneration (AMD).

Altersbedingte Makuladegeneration

Die altersbedingte Makuladegeneration (AMD) ist eine Erkrankung, die gehäuft ab dem 60. Lebensjahr auftritt. In der Frühphase der Erkrankung sieht man unscharf. Dieser Sehverlust wird im Laufe mehrerer Jahre immer stärker. Schließlich verliert man die Sehfähigkeit in der Mitte des Gesichtsfeldes. Lesen oder einfache Tätigkeiten im Haushalt werden dadurch wesentlich erschwert. Gerade im Alter bedeutet das eine deutliche Einschränkung der Lebensqualität. Die AMD ist in Europa eine der häufigsten Ursachen für Erblindung.

Ursache der AMD ist eine Schädigung der Sehzellen, besonders im zentralen Bereich der Netzhaut („macula lutea“), dem Ort des schärfsten Sehens. Durch das Zusammentreffen von energiereicher Lichtstrahlung und Sauerstoff treten Schädigungen verschiedener Substanzen in der Netzhaut auf. Die Folgen sind Ablagerungen von Schadstoffen („Drusen“), die die Versorgung der Sehzellen mit Nährstoffen beeinträchtigen und schließlich zu deren Absterben führen. Zu einem besonders raschen und deutlichen Sehverlust kommt es beim Auftreten von Blutungen („feuchte Form der AMD“).

Eigenschaften von Lutein

Lutein ist eine pflanzliche Substanz, die der Körper nicht selbst bilden kann. Leider nehmen wir durch die Nahrung nur recht geringe Mengen Lutein auf. Lutein hat die Eigenschaft, den blauen Anteil des Lichtspektrums besonders effizient (bis zu 80%) zu filtern. Dadurch gelangt dieser Lichtanteil nicht mehr zu den Sehzellen. Das ist deswegen bedeutsam, weil das blaue Licht wegen seiner kurzen Wellenlänge eine sehr hohe Energie hat und daher für das Auge potentiell besonders gefährlich ist.

Lutein verfügt auch über eine stark antioxidative Wirkung. Außerdem verringert es die Lichtstreuung („chromatische Aberration“). Durch diesen Effekt können Kanten bzw. Umrisse schärfer gesehen werden.

Studien zu Lutein

Aus epidemiologischen Studien weiß man, dass niedrige Luteinwerte häufig mit einem höheren Risiko für AMD verbunden sind. Dosierungsstudien haben gezeigt, dass man mindestens 10 mg Lutein täglich benötigt, um die Luteinwerte in der Netzhaut deutlich zu erhöhen. Mit einer Anfangsdosierung von 20 mg Lutein täglich lässt sich die Ansprechraten (Responderzahl) noch weiter erhöhen, so dass es ratsam erscheint, in den ersten Monaten 20 mg Lutein täglich einzunehmen. Vor allem ältere Patienten scheinen eine höhere Dosierung zu benötigen, um Lutein in die Netzhaut einlagern zu können.

Studien (z. B. LAST) beweisen, dass man mit der kontinuierlichen täglichen Ein-

nahme von 10 mg reinem Lutein bei einem Teil der AMD-Patienten die Sehschärfe und die Kontrastempfindlichkeit wieder verbessern kann.

Aber auch bei Patienten, bei denen Lutein nicht zu einer Verbesserung der Sehschärfe führt, ist der Einbau von Lutein in die Netzhaut sinnvoll, um die Augen vor dem gefährlichen blauen Licht abzuschirmen. Deshalb sollte Lutein in allen Phasen der Erkrankung, auch in den Spätphasen der AMD, kontinuierlich zugeführt werden.

Verzehrempfehlung

Anfängliche Einnahme: In den ersten 3-6 Monaten wird eine tägliche Einnahme von 1 Kapsel Lutamax 20 mg empfohlen. Durch die höhere anfängliche Einnahme können Lutein- und Zeaxanthinspeicher aufgefüllt und die Blutspiegel wieder erhöht werden. Höhere Blutspiegel der Substanzen führen im Allgemeinen auch zu einem erhöhten Einbau dieser Nährstoffe in die Augen.

Bei höherem Alter (über 70 Jahren) oder bei höherem Körpergewicht (Body-Mass-Index über 30) wird empfohlen, die höhere Verzehrempfehlung länger (über mindestens 6 Monate) zu nehmen.

Fortgesetzte Einnahmen: Nach den ersten 3-6 Monaten wird die Einnahme von 1 Kapsel Lutamax 10 mg täglich empfohlen, um eine kontinuierliche Zufuhr von Lutein und Zeaxanthin aufrecht zu halten.

Hinweis: Wichtig ist eine dauernde kontinuierliche Einnahme von Lutamax. Beendet man die Einnahme von Lutein, so sinken innerhalb von wenigen Wochen die Werte in der Netzhaut wieder deutlich ab. Nur bei dauerhafter Einnahme kann sich daher der schützende Effekt von Lutein für das Auge auch entfalten.

Nebenwirkungen (unerwünschte Wirkungen)

Sind derzeit keine bekannt.

Gegenanzeigen

Überempfindlichkeit gegen den Nährstoff oder einen anderen Bestandteil des Produktes.

Wechselwirkungen mit Medikamenten

Bei der Einnahme von β -Carotin-haltigen Produkten sollten Sie darauf achten, dass Sie diese zu anderen Mahlzeiten als Lutamax einnehmen, da β -Carotin die Aufnahme von Lutein im Dünndarm beeinträchtigen kann. Andere Wechselwirkungen sind derzeit nicht bekannt.

Was ist das Besondere an Lutamax?

Studien haben gezeigt, dass Lutein besser in den Körper aufgenommen werden kann, wenn es gemeinsam mit Fett eingenommen wird. In Lutamax ist das Lutein daher in einer speziellen, patentierten Ölmischung gelöst.

Herstellung (Qualitätsgarantie)

Lutamax wird in modernsten Produktionsanlagen und gemäß den geltenden EU-Richtlinien hergestellt. Bei der Herstellung von Lutamax werden keine gentechnisch veränderten Substanzen verwendet.

Wichtige Hinweise

Lutamax-Kapseln sind kein Ersatz für abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nicht als alleinige Nahrungsquelle geeignet. Bei der Einnahme β -Carotin-haltigen Produkten sollten Sie darauf achten, dass Sie diese zu anderen Mahlzeiten als Lutamax einnehmen, da β -Carotin die Aufnahme von Lutein im Dünndarm beeinträchtigen kann. Empfohlene Verzehrmenge nicht überschreiten. Trocken, lichtgeschützt und kühl lagern. Für Kinder unerreichbar aufbewahren.

Lutamax-Kapseln sind lactose-, purin- und glutenfrei und können auch von Diabetikern eingenommen werden (keine anrechenbaren Proteineinheiten).

Lutamax 20 mg/10 mg sind auf ärztliche Empfehlung und unter ärztlicher Aufsicht zu verwenden.

Packungsgrößen

Lutamax 10 mg: 30 Kapseln (Monatspackung)

Lutamax 20 mg: 30 Kapseln (Monatspackung)

Hersteller: Pharmaselect International Beteiligungs GmbH, A-Wien.

Vertrieb: medphano Arzneimittel GmbH, Maienbergstr. 10-12, 15562 Rüdersdorf.

Stand der Information: 05/2022