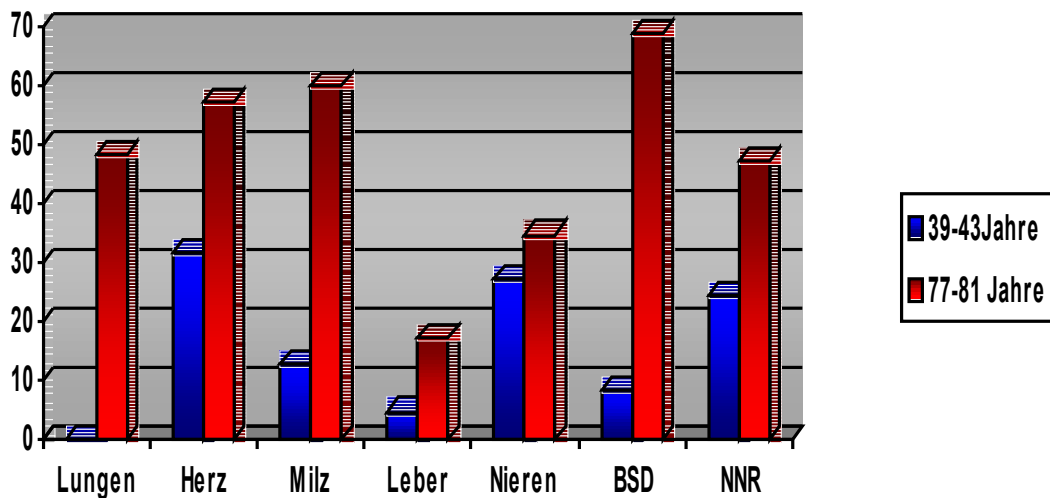
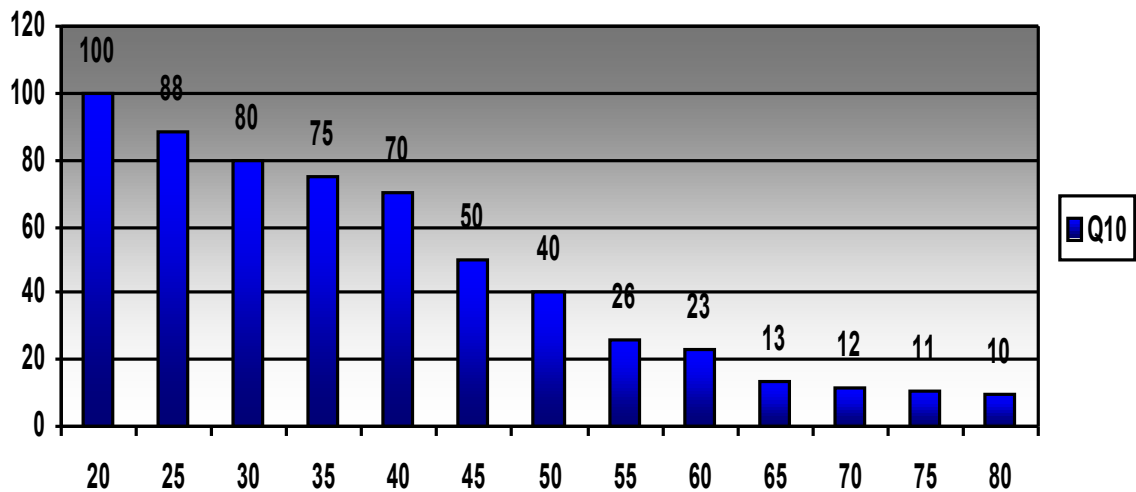


Coenzyme Q10 in Tabellen

Coenzyme Q10 Verlust durch Alterung (100 % Werte: Alter 19-21 Jahre):

Organ	Verlust in % (Alter 39-43 Jahre)	Verlust in % (Alter 77-81 Jahre)
Lungen	0	48,3
Herz	31,8	57,1
Milz	12,8	60,1
Leber	4,7	17,0
Nieren	27,4	34,7
Bauchspeicheldrüse	8,1	69,0
Nebennierenrinde	24,2	47,2
Durchschnitt	30,0	85,0



Physiologische Daten der Co Q10

Chemische Name	2,3-dimethoxy-5-methyl-6-dekaprenyl-1,4-benzochinon
Pool	0,5 – 2 g (500-2000 mg)
Mitochondrien	40-50%
Zellkern	15-20%
Microsomen	15-20%
Zytosol	5-10%
Blut	1-2%
Durchschnittl. Blutspiegel	1,2 mg %
Biologisch Umsatz	500 mg/24 St.
Maximal Q10-Spiegel Erhöhung nach Zufuhr 100 mg (peroral)	+0,1 mg % nach 5-10 St. (durch. 6,5 St.) : 1,004+/-0,37µg/ml
Maximal Q10-Spiegel Erhöhung nach 4-tage Zufuhr 100 mg täglich	+0,54 mg % nach 4 Tage: 5,4 µg/ml
Plasmatisch Halbzeit	33,9+/-5,32 St.
Ausscheidung	Gallen → Stuhl (62,5%)