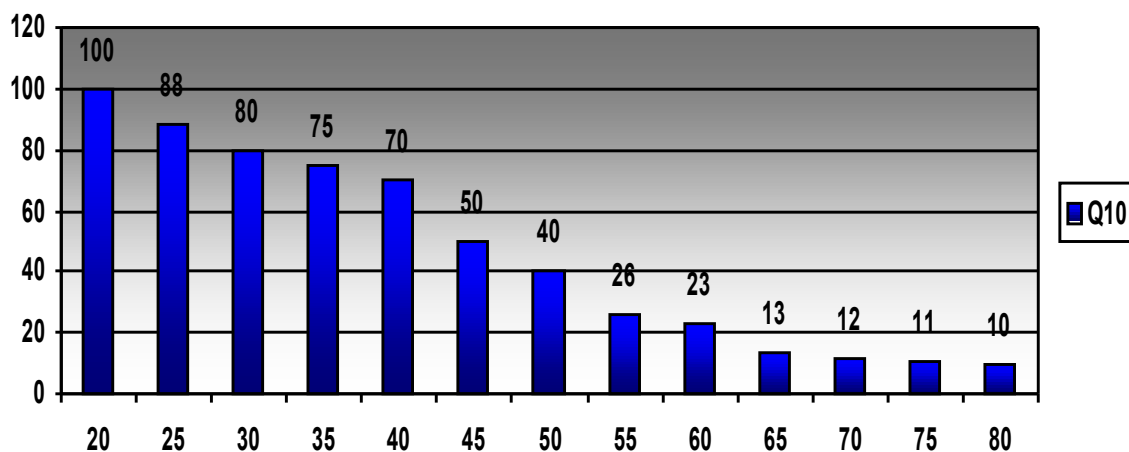


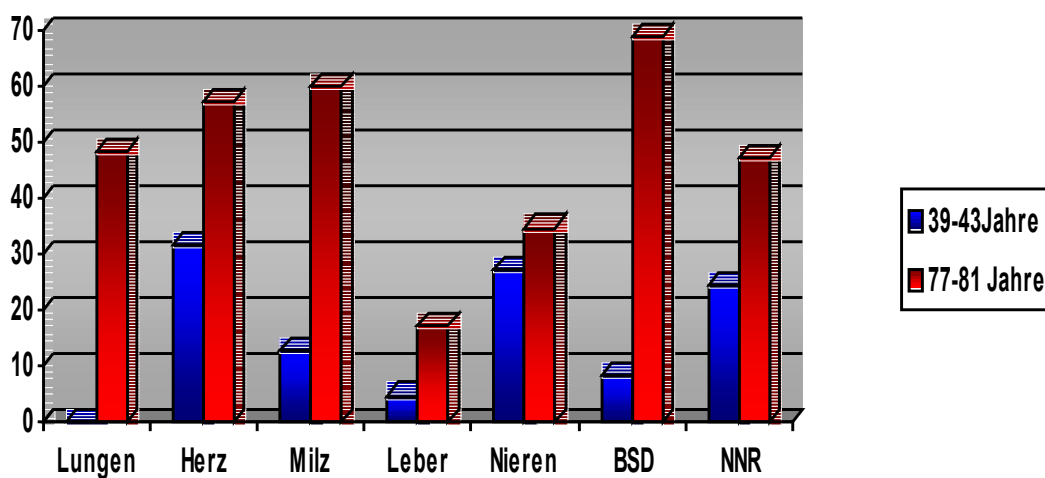
## Koenzym Q10 v tabulkách

**Koenzym Q10 – pokles v průběhu stárnutí (100 % = věk 19-21 let):**

Orgán	Ztráta v % (věk 39-43 let)	Ztráta v % (věk 77-81 let)
Plíce	0	48,3
Srdce	31,8	57,1
Slezina	12,8	60,1
Játra	4,7	17,0
Ledviny	27,4	34,7
Slinivka břišní	8,1	69,0
Nadledvinky	24,2	47,2
Průměr(orgány)	30,0	85,0



### Organismus celkem



Plíce   Srdce   Slezina   Játra   Ledviny   Slinivka břišní   Nadledv.

### Fyziologická data: Koenzym Q10

Chemický název	2,3-dimethoxy-5-methyl-6-dekaprenyl-1,4-benzochinon
Pool (celkm v organismu)	0,5 – 2 g (500-2000 mg)
Mitochondrie	40-50%
Buněčné jádro	15-20%
Microsomy	15-20%
Cytosol	5-10%
Krev	1-2%
Průměrná koncentrace v krvi	1,2 mg %
Biologický obrat	500 mg/24 hod.
Maximální zvýšení koncentrace Q10 po podání 100 mg (perorálně)	+0,1 mg % za 5-10 hod. (prům. 6,5 hod.) : 1,004+/-0,37 µg/ml
Maximální zvýšení konc. Q10 po 4-denním podávání 100 mg denně	+0,54 mg % po 4 dnech: 5,4 µg/ml
Plasmatický poločas	33,9+/-5,32 hod.
Vylučování	žlučník → <b>stolice</b> (62,5%)