

La stanchezza cronica ha costretto Alan a stare a letto ma le capsule di Q10 l'hanno salvato:

Posso sentire l'energia che torna nel mio corpo.

“Dopo circa una settimana che ho iniziato a prendere le capsule di Q10 ho sentito un'enorme differenza. Dormo molto meno e ho l'energia per godermi nuovamente la vita,” racconta Alan di 23 anni, il quale soffre di stanchezza estrema e dolore muscolare sin da quando era bambino.

“Solamente poter di nuovo andare in pizzeria con i miei amici e non dover dormire per tutta la giornata è un grande miglioramento,” racconta il ventitreenne Alan, che soffre della sindrome da stanchezza cronica dall'età di otto anni, quando sono apparsi i primi sintomi. Di solito era letteralmente costretto a stare a letto e poteva facilmente passare 18 ore dormendo ma adesso, dopo che il suo medico gli ha consigliato il coenzima Q10, le sue condizioni sono migliorate.

Una capsula marrone scura dalla grandezza di una nocciolina che contiene una sostanza di tipo vitaminico che migliora l'energia ha aiutato Alan a passare la giornata molto più facilmente.

“Una settimana dopo aver usato questo integratore già sentivo la differenza. Non dormo più così tanto, riesco ad andare con i miei amici in pizzeria e generalmente mi sento molto più attivo,” dice Alan.

Abituato a soffrire

Pensando al passato, Alan ricorda quanto infelice fosse la sua vita. Aveva una sfilza di sintomi, e non poteva fare assolutamente nulla per alleviarli.

“Avevo costantemente dolori muscolari e sentivo una pressione sul petto da non poter respirare. Avevo anche mal di testa e quasi sempre una febbre leggera”, racconta.

I sintomi di Alan alla fine sono diventati così gravi che ha dovuto lasciare la scuola. “Non potevo stare in piedi per più di 10 minuti ed ero frustrato del fatto che non potevo fare sport e uscire con i miei amici,” continua.



“Non posso ancora fare sport però sono molto più attivo e generalmente mi sento molto meglio. E questo vuol dire tanto”, dice il giovane che sicuramente continuerà a usare le capsule di energia fintanto che lo faranno star bene.

Salvato dal Q10

Fino a quattro anni fa, quando ad Alan è finalmente stata diagnosticata la sindrome da stanchezza cronica, ha provato tutti i tipi di medicine, rimedi naturali e prodotti omeopatici. E' andato da diversi medici, psicologi e psichiatri di tutta l'Italia, che gli hanno prescritto vari tipi di psicofarmaci, ma è stato del tutto inutile. Infatti le medicine hanno in alcuni casi peggiorato lo stato della malattia.

“Ad un certo punto il mio medico mi ha prescritto delle bustine di carnitina, ma mi provocavano la nausea. Poi mi ha consigliato di provare il Q10, e qui le cose hanno iniziato a cambiare drasticamente. Ho potuto sentire un miglioramento dopo poco tempo”, racconta Alan.

“Non ho più gli stessi dolori muscolari, sono diventati molto meno forti e solo occasionali. Anche la mia resistenza è molto migliorata. Il mio medico è molto soddisfatto dei miei progressi e la mia famiglia è molto entusiasta del fatto che mi sento molto meglio e sono più attivo.”

Una vita migliore

Alan non è guarito e forse non guarirà mai. Prende ancora alcune medicine per migliorare le segnalazioni nervose tra cervello e muscoli, una terapia standard per la sindrome da stanchezza cronica. Comunque ciò che ha fatto davvero la differenza è stato l'integratore di Q10. Finalmente sente di avere una vita e può guardare al futuro con uno spirito positivo.

Perché Q10 è d'aiuto?

Alcune ricerche pubblicate hanno mostrato il legame tra livelli ridotti del nutriente energetico, coenzima Q10, e la sindrome da stanchezza cronica. Il coenzima Q10 è un composto di tipo vitaminico che attiva le “centrali di energia” (mitocondri) delle cellule del corpo per produrre energia, convertendo grasso, carboidrati e proteine in ATP (una molecola che immagazzina energia all'interno della cellula).



Nelle ricerche è stato dimostrato che il coenzima Q10:

- **Aumenta il livello di energia**
- **Contrasta i dolori muscolari (specialmente quelli causati dalle medicine che riducono il colesterolo)**
- **Migliora il funzionamento cardiaco**
- **Migliora la resistenza**

BioAttivo Quinone Q10 Gold di Pharma Nord è un integratore di Q10 largamente utilizzato

che viene spesso consigliato dai medici per la sua affidabilità. ICQA (International Coenzyme Q10 Association), un'organizzazione che raccoglie le ricerche sul Q10 di tutto il mondo, ha ufficialmente scelto BioAttivo Quinone Q10 Gold come prodotto di riferimento scientifico grazie alla straordinaria documentazione di bio-disponibilità, sicurezza e qualità. BioAttivo Quinone Q10 Gold è stato utilizzato in più di 80 ricerche pubblicate.



Che cosa è la Sindrome da Stanchezza Cronica (SSC)?

In tanti casi, la sindrome da stanchezza cronica si manifesta come un'influenza. Presenta sintomi quali

- **Dolori muscolari**
- **Mal di testa**
- **Stanchezza estrema**
- **Dolore delle articolazione (senza gonfiore)**
- **Febbre leggera**
- **Linfonodi infiammati (collo e ascelle)**

A differenza dell'influenza, tuttavia, la SSC è uno stato permanente e quindi una questione completamente diversa. Attualmente non c'è una cura per la SSC, pertanto la terapia mira ad alleviare i sintomi. Molte persone che soffrono di SSC sono depresse e presentano anche altri tipi di disturbi psicologici, che possono essere migliorati attraverso la cura.