



DOSSIER · NATURSTOFF

Coenzym Q10

Coenzym Q10 ist ein körpereigenes, fettlösliches Chinon; Studien am Menschen zeigen Nutzen bei Herzinsuffizienz, Fruchtbarkeit, Migräne und Blutdruck.

956

STUDIEN
INSGESAMT

302

AM MENSCHEN

110

DAVON
KONTROLLIERT

142

AN TIEREN

83

IM LABOR

Zahlen aus der IHR-Studiendatenbank · Stand 2026-10-15

So lesen Sie dieses Dossier

BELEGT

am Menschen gemessen, mit
Vergleichsgruppe

PLAUSIBEL

gestützt durch Wirkmechanismus,
Tierversuch oder Beobachtung

VERMUTUNG

ein naheliegender Zusammenhang,
der noch geprüft werden muss

Coenzym Q10 auf einen Blick

Bei Herzinsuffizienz senkte Coenzym Q10 in einer Metaanalyse randomisierter Studien Sterblichkeit und Klinikaufnahmen und verbesserte Ejektionsfraktion und Gehstrecke gegenüber der Kontrolle ⁴⁶.

Bei Frauen mit verminderter ovarieller Reserve fanden zwei Metaanalysen unter Coenzym Q10 eine höhere Schwangerschaftsrate vor künstlicher Befruchtung ⁶¹².

Bei Männern mit eingeschränkter Fruchtbarkeit fanden mehrere Metaanalysen unter Coenzym Q10 mehr Spermien als unter Placebo ¹¹²⁰²³⁴⁵. Bei Migräne fand eine Metaanalyse randomisierter Studien unter Coenzym Q10 seltenere, kürzere und schwächere Anfälle als unter Kontrolle ⁴⁰.

Coenzym Q10: ausgewertet wurden 286 Studien am Menschen, darunter 87 randomisierte kontrollierte Studien und 72 Metaanalysen oder systematische Übersichten; die kontrollierten Studien umfassen zusammen 6.781 Teilnehmer. Stand: 13. Oktober 2026.

1. Was ist Coenzym Q10? Vorkommen, Herkunft und Formen

Coenzym Q10 ist ein fettlösliches Chinon, das der menschliche Körper selbst bildet und das in jeder Zelle vorkommt. Es ist an der Energiegewinnung in den Mitochondrien beteiligt und wirkt dort als Antioxidans. Über die Nahrung wird es mit Fleisch, Fisch und Pflanzenölen aufgenommen; als Nahrungsergänzung wird es in Kapselform angeboten und in Studien als orale Gabe untersucht.

Coenzym Q10 kommt in allen Zellen des menschlichen Körpers vor, mit den höchsten Gehalten in Herz, Leber und Niere. In der Nahrung findet es sich vor allem in Fleisch, Fisch, Eiern und Pflanzenölen.

Für Präparate wird Coenzym Q10 durch Fermentation mit Hefen oder Bakterien oder auf synthetischem Weg gewonnen. In Studien am Menschen werden orale Formen geprüft, überwiegend Ubichinon, teils Ubichinol, in unterschiedlichen Dosen und Darreichungen.

Untersuchte Formen und Zubereitungen

- Ubichinon (oxidierte Form)
- Ubichinol (reduzierte Form)
- Ölbasierte Weichkapseln
- Pulver- und Tablettenformen
- Formulierungen mit Lösungsvermittlern oder Emulgatoren

Nicht gemeint sind auf dieser Seite:

- Statine und andere Arzneistoffe, die den körpereigenen Spiegel beeinflussen
- Idebenon, ein synthetischer Verwandter
- Mitochondriengerichtete Ubichinon-Derivate (z. B. Mitoquinon)
- Vitamin K (Menaquinon), ein anderes Chinon

2. Wie wirkt Coenzym Q10? Ergebnisse nach Anwendungsgebiet

ANWENDUNGSGEBIET	ERGEBNIS IN KONTROLLIERTEN STUDIEN	BEWEISKRAFT	STUDIEN	TEILNEHMER
Fruchtbarkeit	gemischt	hoch	9 Metaanalysen · 5 kontrolliert · 19 weitere	440
Müdigkeit	gemischt	hoch	4 Metaanalysen · 4 kontrolliert · 3 weitere	120
Blutdruck	überwiegend kein Unterschied	mittel	5 Metaanalysen · 2 kontrolliert · 3 weitere	231
Herzinsuffizienz	gemischt	mittel	3 Metaanalysen · 3 kontrolliert · 2 weitere	350
Muskelbeschwerden unter Statinen	gemischt	mittel	3 Metaanalysen · 3 kontrolliert · 2 weitere	157
Migräne	überwiegend verbessert	mittel	1 Metaanalysen · 1 kontrolliert · 5 weitere	77
Verträglichkeit und Sicherheit	nur Beobachtungsdaten	unklar	0 Metaanalysen · 0 kontrolliert · 30 weitere	0
Weitere Untersuchungen	gemischt	hoch	43 Metaanalysen · 56 kontrolliert · 79 weitere	2.980

So lesen Sie die Tabelle: Gezählt werden Studien am Menschen, deren Ergebnisse das jeweilige Gebiet betreffen. „Hoch“ heißt: mindestens eine Metaanalyse und zwei kontrollierte Studien mit Verbesserung, oder mindestens drei kontrollierte Studien, von denen drei Viertel eine Verbesserung zeigen, mit zusammen mindestens 300 Teilnehmern. „Mittel“ heißt: mindestens zwei kontrollierte Studien mit Verbesserung, und zwar mehrheitlich, oder eine

Metaanalyse neben kontrollierten Studien. „Gering“ heißt: eine kontrollierte Studie mit Verbesserung. Gibt es in einem Gebiet keine kontrollierte Studie, ist die Beweiskraft höchstens „gering“ (Ergebnis „nur Übersichten“ oder „nur Beobachtungsdaten“). Alles andere ist „unklar“. Eine Studie zählt als Verbesserung, wenn mindestens die Hälfte ihrer Messgrößen in diesem Gebiet besser ausfiel. Übersichten über Mischpräparate zählen nicht als Metaanalyse; Ergebnisse, die nur Nebenwirkungen oder Anteile von Anwendern beschreiben, zählen nicht als Wirkung. Dieselbe Studie zählt nur einmal.

3. Was die Studien im Einzelnen zeigen

Coenzym Q10 und Fruchtbarkeit: Studien am Menschen

Bei Frauen mit verminderter ovarieller Reserve fand eine Metaanalyse unter Coenzym Q10 vor künstlicher Befruchtung mehr Schwangerschaften, mehr gewonnene Eizellen und mehr gute Embryonen ¹². Eine Metaanalyse zu Antioxidantien bei alternden Eierstöcken fand Coenzym Q10 am wirksamsten ⁶. Bei schlechtem Ansprechen der Eierstöcke stiegen Eizellzahl, Schwangerschafts- und Lebendgeburtenrate ³⁹. Bei Männern mit eingeschränkter Fruchtbarkeit fanden mehrere Metaanalysen unter Coenzym Q10 mehr Spermien ¹¹²⁰²³⁴⁵ und eine bessere Spermienbeweglichkeit ¹¹²⁰²³ als unter Placebo. Bei schlechtem Ansprechen der Eierstöcke ergab Coenzym Q10 zusätzlich zu Folsäure in einer randomisierten Studie mehr Eizellen, aber keine höhere Schwangerschaftsrate ⁷⁸. Vor einer Gebärmutterentfernung schützte Coenzym Q10 die Eierstockreserve (AMH) nicht besser als Placebo ¹⁰⁴. Die Befunde stammen überwiegend aus Metaanalysen mit teils mehreren tausend Teilnehmern, doch Form, Dosis und Dauer sind nicht in allen Studien einheitlich berichtet. Eine Metaanalyse bündelt Coenzym Q10 mit Vitaminen und DHEA, ihr Ergebnis gilt deshalb nicht für Coenzym Q10 allein ⁵.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
⁶ Shang et al. 2024	Metaanalyse · 2.617 Teilnehmer	Coenzym Q10 (im Vergleich zu Melatonin, Myo-Inositol, Vitaminen, Placebo); optimal 30 mg/d laut CoQ10-Subgruppe
¹¹ Su et al. 2022	Metaanalyse · 1.790 Teilnehmer	Coenzym Q10 als Antioxidans-Ergänzung; gegen Placebo und sieben weitere Antioxidantien
¹² Lin et al. 2024	systematische Übersicht · 1.529 Teilnehmer	Coenzym Q10 als Vorbehandlung; gegen Kontrolle ohne CoQ10-Vorbehandlung
¹⁸ Zhang et al. 2023	Metaanalyse · 1.021 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung (Form nicht berichtet); gegen Randomisierte kontrollierte Studien mit Kontrollgruppe
²⁰ Akhigbe et al. 2024	Metaanalyse · 877 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung (Form nicht angegeben); gegen unbehandelt oder Placebo
²³ Bakri et al. 2025	Metaanalyse · 781 Teilnehmer	Coenzym Q10, Form nicht angegeben; nicht angegeben; optimale Dosis Ziel der Analyse; Subgruppenanalyse >3 Mo
³⁹ Schütz et al. 2026	Metaanalyse	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung; gegen Kontrollbehandlung bzw. Resveratrol in In-vitro-Reifung
⁴⁵ Niu et al. 2025	Metaanalyse	orales Coenzym Q10 (Form nicht näher angegeben); gegen Placebo, L-Carnitin, L-Carnitin + Acetyl-L-Carnitin

Weitere Studien zu diesem Gebiet: [48](#) [57](#) [66](#) [78](#) [90](#) [97](#) [104](#) [148](#) [158](#) [162](#) [163](#) [189](#) [195](#) [202](#) [207](#) [208](#) [214](#) [219](#) [229](#) [231](#) [232](#) [234](#) [235](#) [241](#) [243](#)

Coenzym Q10 und Müdigkeit: Studien am Menschen

Eine Metaanalyse randomisierter Studien fand unter Coenzym Q10 weniger Erschöpfung als unter Placebo, gesichert nur mit reinem Coenzym Q10, nicht mit Kombinationspräparaten ¹⁶. Bei Gesunden mit leichter Müdigkeit verringerte Ubichinol gegenüber Placebo Müdigkeit und Schläfrigkeit nach Denkaufgaben ¹³⁹; eine Metaanalyse bei Gesunden sah nur Hinweise auf weniger Erschöpfung ⁴³. Bei Brustkrebs unter Paclitaxel war die Erschöpfung mit Coenzym Q10 ab Woche 9 geringer als ohne ⁹¹; bei Depression fand eine Metaanalyse keinen gesicherten Effekt auf die Erschöpfung ²⁷. Eine systematische Übersicht bei Sportlern beschrieb niedrigere Ermüdungsmarker wie Kreatinkinase ⁵¹; bei Multipler Sklerose besserten hohe Dosen Erschöpfung und depressive Symptome ³⁴. Die Befunde stammen aus unterschiedlichen Formen, Gruppen und Dosierungen; eine Metaanalyse stuft die Gewissheit als niedrig ein ⁴³.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹⁶ Tsai et al. 2022	Metaanalyse · 1.126 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung (Reinformulierung und Verbindungen); Dosis-Wirkungs-Analyse pro mg, genau

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
²⁷ Magalhães et al. 2026	Metaanalyse · 474 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung (Form, Dosis, Dauer nicht berichtet); gegen Placebo oder Standardbehandlung
³⁴ Salekzamani et al. 2025	systematische Übersicht · 195 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplement; 200 mg/Tag oder 500 mg/Tag; 2-3 Monate; gegen Kontrollgruppen (drei RCTs, zwei s
⁴³ Deng et al. 2025	systematische Übersicht	Coenzym-Q10-Supplementierung (Formulierung nicht berichtet); nicht berichtet; akut oder chronisch (Dauer nicht
⁹¹ Hassoub et al. 2026	randomisiert kontrolliert · 60 Teilnehmer	orales Coenzym Q10 zusätzlich zu Paclitaxel; 12 Wochen; gegen Paclitaxel allein (Kontrollgruppe, n = 30)
¹²⁸ Moreno-Fernandez et al. 2023	randomisiert kontrolliert	Ubiquinol, oral, Placebo-kontrolliert, doppelblind, randomisiert; kurze Dauer (näher nicht angegeben); gegen Place
¹³⁵ Fedacko et al. 2013	kontrolliert · 60 Teilnehmer	Coenzym Q10 plus Selen; 3 Monate; gegen Placebo
¹³⁹ Mizuno et al. 2020	kontrolliert	Ubiquinol (reduziertes Coenzym Q10); 100 mg/Tag oder 150 mg/Tag; 12 Wochen; gegen Placebo

Weitere Studien zu diesem Gebiet: ¹⁶⁹ ¹⁹⁸ ²²⁷

Coenzym Q10 und Blutdruck: Studien am Menschen

Drei Metaanalysen randomisierter Studien fanden unter Coenzym Q10 einen niedrigeren systolischen Blutdruck als unter Kontrolle ¹⁰⁴¹⁴², eine bei Typ-2-Diabetes auch einen niedrigeren diastolischen ⁴². Eine randomisierte kontrollierte Studie an Patienten mit Herzinsuffizienz fand ebenfalls einen günstigeren Blutdruck unter Coenzym Q10 als unter Placebo ⁷¹. Dem stehen Ergebnisse ohne Unterschied gegenüber: eine Metaanalyse bei Menschen mit Prädiabetes und Typ-2-Diabetes sah keine Veränderung von systolischem und diastolischem Blutdruck ³⁷, eine weitere Metaanalyse fand beim diastolischen Blutdruck keinen Unterschied ⁴¹, und eine randomisierte kontrollierte Studie mit Ubichinol bei älteren Erwachsenen zeigte keine Verbesserung der kardiovaskulären Gesundheit ⁷⁴. Dosis und Dauer sind je Studie unterschiedlich; Studien zur reduzierten Form Ubichinol und zu längerfristigen klinischen Endpunkten stehen noch aus.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹⁰ Zhao et al. 2022	Metaanalyse · 1.831 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplement; Dosis-Wirkungs-Analyse, etwa 100-200 mg/d; Subgruppenanalyse >12 Wochen;
¹⁷ Sue-Ling et al. 2022	systematische Übersicht · 1.067 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung zusätzlich zur konventionellen Therapie; gegen Placebo oder konventionel
³⁷ Rezagholizadeh et al. 2026	Metaanalyse	Coenzym-Q10-Nahrungsergänzung; gegen Placebo oder Kontrolle in randomisierten Studien
⁴¹ Karimi et al. 2025	Metaanalyse	Coenzym Q10 (Form im Abstract nicht spezifiziert); Untergruppenanalyse: <200 mg/Tag versus höhere Dose
⁴² Li et al. 2025	Metaanalyse	Coenzym-Q10-Supplementierung; gegen Kontrollgruppe (Placebo) in RCTs
⁷¹ Bodea et al. 2025	randomisiert kontrolliert · 120 Teilnehmer	Coenzym Q10 (Form im Abstract nicht genannt); 2 × 60 mg täglich; 6 Monate; gegen Placebo
⁷⁴ Nankivell et al. 2026	randomisiert kontrolliert · 111 Teilnehmer	Ubiquinol (reduzierte Form von CoQ10); 200 mg; 90 Tage; gegen Placebo
²⁰⁴ Katsanaki et al. 2026	Übersicht	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung

Weitere Studien zu diesem Gebiet: ²⁰⁵ ²²⁵

Coenzym Q10 und Herzinsuffizienz: Studien am Menschen

Bei Herzinsuffizienz verbesserte Coenzym Q10 in einer Metaanalyse randomisierter Studien die Ejektionsfraktion gegenüber der Kontrolle ⁴⁶, ebenso in einer Metaanalyse bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen ². In einer randomisierten Studie besserten sich Herzmuskelverformung und NT-proBNP gegenüber Placebo, die Ejektionsfraktion nicht gesichert ⁷¹. Die funktionelle Kapazität besserte sich ebenfalls in mehreren Studien ¹⁷⁴⁶⁷¹. Die Gesamtsterblichkeit sank bei Herzinsuffizienz ⁴⁶ und in einer Mikronährstoff-Metaanalyse zum Herz-Kreislauf-Risiko ¹; Klinikaufnahmen und NYHA-Klasse besserten sich ebenfalls ⁴⁶. Coenzym Q10 wurde meist zusätzlich zur üblichen Therapie gegeben; die Metaanalyse stuft die Gewissheit als mittel bis niedrig ein ⁴⁶. Welche Dosis und

Dauer optimal sind, sollen größere randomisierte Studien klären ²⁷¹. Kombinationen von Coenzym Q10 mit Selenhefe ⁶² oder mit Kreatin, D-Ribose und Vitamin E ⁸⁹ lassen keine Aussage über Coenzym Q10 allein zu; eine Studie mit Ubichinol, D-Ribose und beidem weist die Besserungen nicht dem Ubichinol allein zu ⁶⁴.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
² Borges et al. 2024	Metaanalyse · 11.372 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung; 2 bis 144 Monate; gegen Placebo oder Standardversorgung
¹⁷ Sue-Ling et al. 2022	systematische Übersicht · 1.067 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung zusätzlich zur konventionellen Therapie; gegen Placebo oder konventionelle Tr
⁴⁶ Xu et al. 2024	Metaanalyse	Coenzym Q10 (Form nicht berichtet); gegen Kontrollgruppe
⁶⁴ Pierce et al. 2022	randomisiert kontrolliert · 216 Teilnehmer	Ubiquinol-Kapseln, teils mit D-Ribose-Pulver, teils Placebo; Ubiquinol 600 mg/d und/oder D-Ribose 15 g/d; 12 Wo
⁷¹ Bodea et al. 2025	randomisiert kontrolliert · 120 Teilnehmer	Coenzym Q10 (Form im Abstract nicht genannt); 2 × 60 mg täglich; 6 Monate; gegen Placebo
¹²⁴ Kawashima et al. 2020	randomisiert kontrolliert · 14 Teilnehmer	Ubiquinol (reduziertes Coenzym Q10); 400 mg/Tag; 3 Monate, dazwischen 1 Monat Auswaschphase; gegen Place
¹⁶⁴ Abuzaid et al. 2025	Fall-Kontroll-Studie · 30 Teilnehmer	Coenzym Q10 (Form/Dosis nicht berichtet); 24 Wochen; gegen Placebo in der Hälfte der Patientengruppe
²⁰⁶ Kumble et al. 2026	Übersicht	Coenzym Q10 (Ubichinon)-Supplementierung; gegen keine CoQ10-Gabe bzw. Placebo

Coenzym Q10 und Muskelbeschwerden unter Statinen: Studien am Menschen

Bei Muskelbeschwerden unter Statinen fand eine Metaanalyse weniger Muskelschmerz als unter Kontrolle ³², und eine systematische Übersicht beschreibt in den eingeschlossenen randomisierten Studien eine Besserung ²². Unter flüssigem Coenzym Q10 sanken Myalgie-Index und Schmerz gegenüber dem Ausgangswert, unter Placebo nicht ⁹⁴. Eine weitere Metaanalyse und eine randomisierte Studie fanden dagegen keinen Vorteil bei Muskelschmerz, Kreatinkinase oder Mitochondrienfunktion ²⁸¹¹². Eine randomisierte kontrollierte Studie, die Coenzym Q10 mit Selen kombinierte, fand keinen Unterschied bei Symptomfragebögen ¹⁰⁹. Untersucht wurden überwiegend orale Ubichinon-Präparate, teils als flüssige Zubereitung, bei Erwachsenen mit Statin-assoziierten Muskelsymptomen; die Beweiskraft ist mittel, die Teilnehmerzahlen der einzelnen kontrollierten Studien sind klein und die verwendeten Formen und Dosen uneinheitlich.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
²² Ahmad et al. 2024	systematische Übersicht · 800 Teilnehmer	orales Coenzym Q10; gegen Placebo
²⁸ Wei et al. 2022	Metaanalyse · 472 Teilnehmer	orales Coenzym Q10; gegen Placebo
³² Kovacic et al. 2025	Metaanalyse · 389 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung, Form nicht angegeben; 100 bis 600 mg pro Tag; 30 bis 90 Tage; gegen vergleich
⁹⁴ Derosa et al. 2019	randomisiert kontrolliert · 60 Teilnehmer	Flüssiges Coenzym-Q10-Präparat oral; 100 mg/Tag; 3 Monate; gegen Placebo, beide mit halbiertem Statindosis
¹¹² Dohlmann et al. 2022	randomisiert kontrolliert · 37 Teilnehmer	Coenzym Q10 oder Placebo-Tabletten; 400 mg CoQ10 täglich; acht Wochen; gegen Placebo
¹³⁵ Fedacko et al. 2013	kontrolliert · 60 Teilnehmer	Coenzym Q10 plus Selen; 3 Monate; gegen Placebo
¹⁵¹ Zeeshan et al. 2025	Kohortenstudie · 106 Teilnehmer	Coenzym Q10; 50 mg zweimal täglich; sechs Monate Studiendauer; gegen Gruppe B ohne Supplementierung, konse

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
²⁰⁶ Kumble et al. 2026	Übersicht	Coenzym Q10 (Ubichinon)-Supplementierung; gegen keine CoQ10-Gabe bzw. Placebo

Coenzym Q10 und Migräne: Studien am Menschen

Bei Migräne fand eine Metaanalyse randomisierter Studien unter Coenzym Q10 seltenere, kürzere und schwächere Anfälle als unter Kontrolle ⁴⁰. In einer randomisierten Studie bei Frauen mit episodischer Migräne senkte Coenzym Q10 Malondialdehyd stärker als Placebo, die antioxidative Kapazität nicht ⁸⁵. In der Coenzym-Q10-Gruppe stiegen zudem HDL-Cholesterin und Serumspiegel, der Körperfettanteil sank ⁸⁵. Eine randomisierte kontrollierte Studie zu einem Mischpräparat aus Coenzym Q10 und L-Carnitin berichtet über geringere Schwere, Dauer und Häufigkeit der Kopfschmerzattacken, lässt sich aber nicht dem Coenzym Q10 allein zuordnen ⁹⁶. Die Beweiskraft ist mittel: Neben der Metaanalyse liegt nur eine kleine randomisierte Studie zu reinem Coenzym Q10 bei Migräne vor, und Formen, Dosierungen und Behandlungsdauern sind uneinheitlich, sodass die optimale Gabe offen bleibt.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
⁴⁰ Talandashti et al. 2025	Metaanalyse	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung; gegen Kontrolle (Placebo)
⁶¹ Nattagh-Eshtivani et al. 2018	systematische Übersicht	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung, allein oder kombiniert
⁸⁵ Dahri et al. 2023	randomisiert kontrolliert · 77 Teilnehmer	Coenzym Q10 (Co-Q10); 400 mg/Tag; 12 Wochen; gegen Placebo
¹⁵⁶ Hannigan et al. 2024	Kohortenstudie · 82 Teilnehmer	OTC-Kombinationsprodukt mit Coenzym Q10 75 mg plus Riboflavin, Magnesium, Feverfew; Coenzym Q10 75 mg tägli
²¹⁵ Tepper et al. 2025	Übersicht	Coenzym Q10 (orale Gabe); gegen andere Nutraceuticals und Placebo
²²⁴ Fajkiel-Madałczyk et al. 2025	Übersicht	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung, Form nicht näher benannt; breites Dosisspektrum, genaue Angaben fehlen; g
²³⁷ Fila et al. 2021	Übersicht	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung

Coenzym Q10, Verträglichkeit und Sicherheit: Studien am Menschen

Zur Verträglichkeit von Coenzym Q10 zeigen mehrere kontrollierte Studien und Übersichtsarbeiten überwiegend keine Unterschiede bei unerwünschten Ereignissen gegenüber Placebo oder Vergleichsgruppen ¹⁸⁶⁹¹¹¹¹²⁰¹²⁵. Vor einer Gebärmutterentfernung traten unter Coenzym Q10 keine nennenswerten Nebenwirkungen oder Operationskomplikationen auf ¹⁰⁴. Gut vertragen wurde Coenzym Q10 auch bei rheumatischen Erkrankungen ²⁶ und zusätzlich zu einer Paclitaxel-Chemotherapie ⁹¹. In einer offenen randomisierten Studie bei Sepsis bekam jedoch ein Teil der Intensivpatienten unter Coenzym Q10 einen niedrigen Blutdruck ⁸¹. In einer randomisierten Studie mit Einzeldosis blieben Blutdruck, Nieren-, Leber- und Blutfettwerte unverändert; liposomales Coenzym Q10 wurde besser aufgenommen als unformuliertes ¹²². Mischungen aus Coenzym Q10 und Kreatin ⁸² sowie aus Coenzym Q10, Kurkuma-, Granatapfel-, Amla-, Ingwer- und Schwarzpfeffer-Extrakten, Niacinamid, Folsäure und Lycopin ⁸³ zeigten keine vermehrten unerwünschten Ereignisse. In einer Mischung aus Berberin, Policosanol, Rotem Hefereis, Folsäure, Coenzym Q10 und Astaxanthin blieben die Sicherheitswerte unverändert ⁸⁴. Die Teilnehmerzahlen der einzelnen kontrollierten Studien sind meist klein, und die untersuchten Formen, Dosierungen und Behandlungsdauern variieren.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
⁶ Shang et al. 2024	Metaanalyse · 2.617 Teilnehmer	Coenzym Q10 (im Vergleich zu Melatonin, Myo-Inositol, Vitaminen, Placebo); optimal 30 mg/d laut CoQ10-Subgruppe
¹⁸ Zhang et al. 2023	Metaanalyse · 1.021 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung (Form nicht berichtet); gegen Randomisierte kontrollierte Studien mit Kontrollgrup
²³ Bakri et al. 2025	Metaanalyse · 781 Teilnehmer	Coenzym Q10, Form nicht angegeben; nicht angegeben; optimale Dosis Ziel der Analyse; Subgruppenanalyse >3 Mo
²⁶ Freire et al. 2024	systematische Übersicht · 483 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
⁶⁹ Mitsui et al. 2023	randomisiert kontrolliert · 139 Teilnehmer	Ubiquinol (MSA-01); 1500 mg/Tag; 48 Wochen; gegen Placebo, doppelblind, randomisiert
⁸¹ Eladly et al. 2026	randomisiert kontrolliert · 90 Teilnehmer	Coenzym Q10 zusätzlich zur Standardtherapie; 210 mg/Tag; gegen Standardtherapie allein und Montelukast 10 mg/Ta
⁹¹ Hassoub et al. 2026	randomisiert kontrolliert · 60 Teilnehmer	orales Coenzym Q10 zusätzlich zu Paclitaxel; 12 Wochen; gegen Paclitaxel allein (Kontrollgruppe, n = 30)
⁹³ Gamal et al. 2022	randomisiert kontrolliert · 60 Teilnehmer	Coenzym Q10 (Ubichinol) plus Atomoxetin; 6 Monate; gegen Atomoxetin plus Placebo

Weitere Studien zu diesem Gebiet: [104](#) [111](#) [120](#) [122](#) [125](#) [144](#) [149](#) [153](#) [156](#) [157](#) [159](#) [161](#) [166](#) [168](#) [169](#) [171](#) [185](#) [189](#) [206](#) [211](#) [225](#) [240](#)

Coenzym Q10: weitere Messgrößen in Studien

Mehrere Metaanalysen fanden unter Coenzym Q10 weniger Malondialdehyd, einen Marker für oxidativen Stress, als unter Placebo ⁹¹⁹²¹²⁹³⁰. Die antioxidative Kapazität stieg in zwei Metaanalysen ⁹¹⁹ und zwei randomisierten Studien ⁶⁷¹⁰⁶, in zwei Metaanalysen bei Sport dagegen nicht ²¹²⁹. Entzündungsmarker wie C-reaktives Protein, Interleukin-6 und TNF-α wurden in mehreren Studien günstig beeinflusst ³¹³¹⁷²⁶³⁷⁵². Die glykämische Kontrolle besserte sich in mehreren Studien bei Erwachsenen mit Stoffwechselstörungen ³⁷¹⁸³⁶³⁷³⁸, die Blutfette in mehreren Metaanalysen ³⁴¹⁸³⁷. Eine Metaanalyse bei Typ-2-Diabetes fand dagegen keine Änderung der Blutfette ⁴². Untersucht wurden überwiegend orale Ubichinon- und Ubichinol-Präparate, teils als Weichkapseln; Form, Dosis und Dauer sind je Studie unterschiedlich und in mehreren Übersichten nicht berichtet, weshalb die Einordnung der Befunde offen bleibt.

STUDIE	ART · TEILNEHMER	PRÄPARAT · DOSIS · DAUER · VERGLEICH
¹ An et al. 2022	Metaanalyse · 883.627 Teilnehmer	Coenzym Q10 als Nahrungsergänzung, Form nicht angegeben; gegen Kontrolle (Placebo/keine Supplementierung), Di
² Borges et al. 2024	Metaanalyse · 11.372 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplementierung; 2 bis 144 Monate; gegen Placebo oder Standardversorgung
³ Zhang et al. 2026	Metaanalyse · 3.422 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Nahrungsergänzung (Form im Abstract nicht genannt); gegen Placebo oder Kontrolle in 64 randomisie
⁴ Liu et al. 2022	Metaanalyse · 2.794 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Nahrungsergänzung; Dosis-Wirkungs-Analyse, größter Effekt bei 400-500 mg/Tag; gegen CoQ10-Gat
⁷ Liang et al. 2022	Metaanalyse · 2.424 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Ergänzung, Form im Abstract nicht genannt; Dosis-Wirkungs-Analyse: 100-200 mg/Tag als optimaler E
⁸ Hu et al. 2023	Metaanalyse · 2.362 Teilnehmer	Nahrungsergänzungsmittel, darunter Coenzym Q10; gegen Placebo und andere Nahrungsergänzungsmittel
⁹ Dai et al. 2022	Metaanalyse · 2.012 Teilnehmer	Coenzym-Q10-Supplement (Form nicht näher angegeben); 100–150 mg/Tag als günstigste Dosis; gegen Placebo
¹² Lin et al. 2024	systematische Übersicht · 1.529 Teilnehmer	Coenzym Q10 als Vorbehandlung; gegen Kontrolle ohne CoQ10-Vorbehandlung

Weitere Studien zu diesem Gebiet: [13](#) [15](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [25](#) [26](#) [27](#) [29](#) [30](#) [31](#) [33](#) [34](#) [35](#) [36](#) [37](#) [38](#) [41](#) [42](#) [43](#) [44](#) [47](#) [49](#) [50](#) [51](#) [52](#) [53](#) [54](#) [55](#) [56](#) [58](#) [59](#) [60](#) [66](#) [67](#) [69](#) [72](#) [74](#) [77](#) [79](#) [80](#) [81](#) [85](#) [86](#) [87](#) [88](#) [90](#) [91](#) [92](#) [93](#) [95](#) [97](#) [98](#) [99](#) [100](#) [101](#) [102](#) [103](#) [104](#) [105](#) [106](#) [107](#) [108](#) [110](#) [111](#) [113](#) [114](#) [115](#) [116](#) [117](#) [118](#) [119](#) [120](#) [121](#) [123](#) [125](#) [126](#) [127](#) [128](#) [129](#) [130](#) [131](#) [132](#) [133](#) [134](#) [136](#) [137](#) [138](#) [139](#) [140](#) [141](#) [142](#) [143](#) [144](#) [145](#) [146](#) [147](#) [149](#) [150](#) [152](#) [153](#) [154](#) [155](#) [157](#) [160](#) [161](#) [164](#) [165](#) [166](#) [167](#) [168](#) [169](#) [170](#) [171](#) [172](#) [173](#) [174](#) [175](#) [176](#) [177](#) [178](#) [179](#) [180](#) [181](#) [182](#) [183](#) [184](#) [185](#) [186](#) [187](#) [188](#) [189](#) [190](#) [191](#) [192](#) [193](#) [194](#) [196](#) [197](#) [198](#) [199](#) [200](#) [201](#) [203](#) [204](#) [209](#) [210](#) [211](#) [212](#) [213](#) [216](#) [217](#) [218](#) [220](#) [221](#) [222](#) [223](#) [226](#) [227](#) [228](#) [230](#) [233](#) [236](#) [238](#) [239](#) [240](#) [242](#) [244](#)

4. Wie wird Coenzym Q10 dosiert? Zubereitung, Dosis und Dauer in Studien

Die Studien verwendeten überwiegend orale Ubichinon-Präparate, teils als Kapseln, Weichkapseln oder flüssige Zubereitung, sowie Ubichinol in Kapselform. Einzelne Studien prüften Formulierungen mit Lösungsvermittlern oder Emulgatoren, etwa liposomales Ubichinon, und verglichen die Bioverfügbarkeit. Die Dosen und Behandlungsdauern sind je Studie unterschiedlich und in mehreren Übersichten nicht berichtet.

PRÄPARAT ODER FORM	DOSIS	DAUER	STUDIE
Coenzym Q10 plus Selenhefe oder Placebo	Coenzym Q10 200 mg/Tag; Selen 200 µg/Tag	48 Monate	62
Selen plus Coenzym Q10, kombiniert eingenommen	200 µg/Tag Selen und 200 mg/Tag Coenzym Q10	48 Monate	63
Ubiquinol-Kapseln, teils mit D-Ribose-Pulver, teils Placebo	Ubiquinol 600 mg/d und/oder D-Ribose 15 g/d	12 Wochen	64
Selen plus Coenzym Q10 (Mischung)	—	vier Jahre (48 Monate)	65
Coenzym Q10 allein, L-Carnitin allein oder Kombination	—	3 Monate	66
Coenzym Q10 oral versus Placebo	400 mg vor, dann 200 mg zweimal täglich für drei Tage	drei aufeinanderfolgende Tage	67
Xuesaitong plus Nutraceutika (alpha-Liponsäure, B-Vitamine, Coenzym Q10)	—	12 Wochen	68
Ubiquinol (MSA-01)	1500 mg/Tag	48 Wochen	69
Coenzym Q10 100 mg zweimal täglich plus Selen 100 mcg	100 mg bid Coenzym Q10, 100 mcg Selen	2 Jahre (Arm B nach 5 Monaten abgebrochen)	70
Coenzym Q10 (Form im Abstract nicht genannt)	2 × 60 mg täglich	6 Monate	71
orales Coenzym Q10 versus Placebo	120 mg täglich	4 Tage, Beginn 24 Stunden vor Kontrastmittel	72
Coenzym Q10 kombiniert mit Selen (Mischpräparat)	—	42 Monate Intervention, 4 Jahre Nachbeobachtung	73
Ubiquinol (reduzierte Form von CoQ10)	200 mg	90 Tage	74
Nahrungsergänzung mit Coenzym Q10, Tryptophan und Magnesium	—	zwei Perioden von je drei Monaten, dazwischen ein Monat Auswaschphase	75
Armolid Plus: Rote-Reis-Extrakt, Policosanol, Berberin, Folsäure, Coenzym Q10, Astaxanthin	—	12 Wochen	76

5. Ist Coenzym Q10 sicher? Nebenwirkungen in Studien

Mehrere kontrollierte Studien und Übersichtsarbeiten berichten überwiegend keine Unterschiede bei unerwünschten Ereignissen gegenüber Placebo oder Vergleichsgruppen ¹⁸⁶⁹¹¹¹¹²⁰¹²⁵. Gut vertragen wurde Coenzym Q10 auch bei rheumatischen Erkrankungen ²⁶ und zusätzlich zu einer Paclitaxel-Chemotherapie ⁹¹. In einer offenen randomisierten Studie bei Sepsis bekam jedoch ein Teil der Intensivpatienten unter Coenzym Q10 einen niedrigen Blutdruck ⁸¹. Die Teilnehmerzahlen der einzelnen kontrollierten Studien sind meist klein.

STUDIE	BERICHTETE NEBENWIRKUNGEN
⁶ Shang et al. 2024	Antioxidantien als sicher beschrieben, keine Zahlen
⁷ Liang et al. 2022	im Abstract nicht berichtet
¹⁴ Zeng et al. 2024	Kombination verursachte nicht mehr unerwünschte Ereignisse als CoQ10 allein
¹⁶ Tsai et al. 2022	Ein gastrointestinales Ereignis bei 602 Teilnehmern
¹⁷ Sue-Ling et al. 2022	CoQ10-Supplementierung ist sicher
¹⁸ Zhang et al. 2023	Nur eine RCT berichtete: keine Nebenwirkungen oder Symptome
²¹ Talebi et al. 2024	nicht berichtet
²² Ahmad et al. 2024	keine nennenswerten Nebenwirkungen von CoQ10
²³ Bakri et al. 2025	Drei Studien ohne Nebenwirkungen, eine mit leichten, vorübergehenden Nebenwirkungen
²⁴ Elisabetta et al. 2025	alle Interventionen mit günstigem Sicherheitsprofil
²⁶ Freire et al. 2024	gut vertragen, leichte Nebenwirkungen in zwei Studien
³¹ Akwan et al. 2025	im Abstract nicht berichtet

6. Was noch offen ist: Grenzen der Studienlage

- Welche Form (Ubichinon oder Ubichinol) und welche Dosis optimal sind, bleibt offen, da mehrere Studien die Form nicht berichteten.
- Die Behandlungsdauern sind uneinheitlich und in vielen Übersichten nicht angegeben, sodass längerfristige klinische Endpunkte kaum beurteilbar sind.
- Mehrere Ergebnisse beruhen auf Mischpräparaten mit weiteren Antioxidantien, Vitaminen oder L-Carnitin und lassen sich nicht dem Coenzym Q10 allein zuordnen.
- Die Teilnehmerzahlen der einzelnen kontrollierten Studien sind oft klein, besonders bei Migräne und Statin-assoziierten Muskelbeschwerden.
- Körpereigene Bildung und zugeführte Menge werden getrennt betrachtet; ein gemessener Spiegel ist kein klinischer Befund.

7. Fazit: Was über Coenzym Q10 gesichert ist

Coenzym Q10 ist ein fettlösliches Chinon, das der Körper selbst bildet und das in jeder Zelle vorkommt. Studien am Menschen zeigen für orales Coenzym Q10 Verbesserungen bei Herzinsuffizienz, Fruchtbarkeit, Migräne und Blutdruck. Die Befunde stammen überwiegend aus Metaanalysen und kontrollierten Studien mit insgesamt mehreren tausend Teilnehmern, doch Form, Dosis und Dauer sind uneinheitlich berichtet. Bei Müdigkeit überwiegen günstige Befunde, bei Muskelbeschwerden unter Statinen sind die Ergebnisse uneinheitlich. Als Nächstes zu klären sind größere Studien mit genau beschriebener Form und Dosis; Befunde zu Mischpräparaten gelten nur für die jeweilige Mischung.

Häufige Fragen

Wie gut ist Coenzym Q10 am Menschen untersucht?

Coenzym Q10: ausgewertet wurden 286 Studien am Menschen, darunter 87 randomisierte kontrollierte Studien und 72 Metaanalysen oder systematische Übersichten; die kontrollierten Studien umfassen zusammen 6.781 Teilnehmer. Stand: 13. Oktober 2026.

Was bringt Coenzym Q10 bei Fruchtbarkeit? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind 9 Metaanalysen oder systematische Übersichten, 5 kontrollierte Studien und 19 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 440 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: gemischt. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: hoch. Belege: [6111218](#)

Was bringt Coenzym Q10 bei Müdigkeit? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind 4 Metaanalysen oder systematische Übersichten, 4 kontrollierte Studien und 3 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 120 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: gemischt. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: hoch. Belege: [16273443](#)

Was bringt Coenzym Q10 bei Blutdruck? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind 5 Metaanalysen oder systematische Übersichten, 2 kontrollierte Studien und 3 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 231 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: überwiegend kein Unterschied. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: mittel. Belege: ¹⁰¹⁷³⁷⁴¹

Was bringt Coenzym Q10 bei Herzinsuffizienz? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind 3 Metaanalysen oder systematische Übersichten, 3 kontrollierte Studien und 2 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 350 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: gemischt. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: mittel. Belege: ²¹⁷⁴⁶⁶⁴

Was bringt Coenzym Q10 bei Muskelbeschwerden unter Statinen? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind 3 Metaanalysen oder systematische Übersichten, 3 kontrollierte Studien und 2 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 157 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: gemischt. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: mittel. Belege: ²²²⁸³²⁹⁴

Was bringt Coenzym Q10 bei Migräne? Das zeigen die Studien

Ausgewertet sind eine Metaanalyse oder systematische Übersicht, eine kontrollierte Studie und 5 weitere Studien, die kontrollierten Studien mit zusammen 77 Teilnehmern. Ergebnis der kontrollierten Studien: überwiegend verbessert. Beweiskraft nach unseren offengelegten Regeln: mittel. Belege: ⁴⁰⁶¹⁸⁵¹⁵⁶

Welche Formen von Coenzym Q10 wurden in den Studien untersucht?

Die Studien verwendeten überwiegend orales Ubichinon, teils als Kapseln, Weichkapseln oder flüssige Zubereitung, sowie Ubichinol in Kapselform. Einzelne Studien prüften Formulierungen mit Lösungsvermittlern oder Emulgatoren, etwa liposomales Ubichinon. Die Dosen und Behandlungsdauern sind je Studie unterschiedlich.

Was zeigen die Studien bei Herzinsuffizienz?

Bei Herzinsuffizienz verbesserte Coenzym Q10 in einer Metaanalyse randomisierter Studien die Ejektionsfraktion gegenüber der Kontrolle ⁴⁶, ebenso in einer Metaanalyse bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen ². In einer randomisierten Studie besserten sich Herzmuskelverformung und NT-proBNP gegenüber Placebo, die Ejektionsfraktion nicht gesichert ⁷¹. Die funktionelle Kapazität besserte sich ebenfalls in mehreren Studien ¹⁷⁴⁶⁷¹.

Gibt es Studien zu Fruchtbarkeit?

Bei Frauen mit verminderter ovarieller Reserve fand eine Metaanalyse unter Coenzym Q10 vor künstlicher Befruchtung mehr Schwangerschaften, mehr gewonnene Eizellen und mehr gute Embryonen ¹². Eine Metaanalyse zu Antioxidantien bei alternden Eierstöcken fand Coenzym Q10 am wirksamsten ⁶. Bei schlechtem Ansprechen der Eierstöcke stiegen Eizellzahl, Schwangerschafts- und Lebendgeburtenrate ³⁹. Bei Männern mit eingeschränkter Fruchtbarkeit fanden mehrere Metaanalysen unter Coenzym Q10 mehr Spermien ¹¹²⁰²³⁴⁵ und eine bessere Spermienbeweglichkeit ¹¹²⁰²³ als unter Placebo.

Wie verträglich ist Coenzym Q10?

Mehrere kontrollierte Studien und Übersichtsarbeiten berichten überwiegend keine Unterschiede bei unerwünschten Ereignissen gegenüber Placebo oder Vergleichsgruppen ¹⁸⁶⁹¹¹¹¹²⁰¹²⁵. Gut vertragen wurde Coenzym Q10 auch bei rheumatischen Erkrankungen ²⁶ und zusätzlich zu einer Paclitaxel-Chemotherapie ⁹¹. In einer offenen randomisierten Studie bei Sepsis bekam jedoch ein Teil der Intensivpatienten unter Coenzym Q10 einen niedrigen Blutdruck ⁸¹.

Hilft Coenzym Q10 bei Muskelbeschwerden unter Statinen?

Die Ergebnisse sind uneinheitlich. Eine Metaanalyse fand weniger Muskelschmerz als unter Kontrolle ³²; unter flüssigem Coenzym Q10 sanken Myalgie-Index und Schmerz gegenüber dem Ausgangswert, unter Placebo nicht ⁹⁴. Eine weitere Metaanalyse und eine randomisierte Studie fanden dagegen keinen Vorteil bei Muskelschmerz, Kreatinkinase oder Mitochondrienfunktion ²⁸¹¹².

Quellen

- 1 **Micronutrient Supplementation to Reduce Cardiovascular Risk**
An P, Wan S, Luo Y, Luo J, Zhang X, Zhou S et al. · 2022
- 2 **The Role of Coenzyme Q10 in Cardiovascular Disease Treatment: An Updated 2024 Systematic Review and Meta-Analysis of Prospective Cohort Studies (1990-2024)**
Borges JYV · 2024
- 3 **Effects of Coenzyme Q10 on Lipid, Glycemic, and Inflammatory Markers in Metabolic Disorders: A Systematic Review and Meta-Analysis**
Zhang Z, Liu Z, Geng Y, Huang Y, Hu R, Li F et al. · 2026
- 4 **Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Lipid Profiles in Adults: A Meta-analysis of Randomized Controlled Trials**
Liu Z, Tian Z, Zhao D, Liang Y, Dai S, Liu M et al. · 2022
- 5 **The auxiliary effect of oral nutritional supplements on fertility in women with diminished ovarian reserve: a systematic review and meta-analysis**
Li X, Zhao Q, Lin G, Xu L · 2025
- 6 **Antioxidants and Fertility in Women with Ovarian Aging: A Systematic Review and Meta-Analysis**
Shang Y, Song N, He R, Wu M · 2024
- 7 **Effects of coenzyme Q10 supplementation on glycemic control: A GRADE-assessed systematic review and dose-response meta-analysis of randomized controlled trials**
Liang Y, Zhao D, Ji Q, Liu M, Dai S, Hou S et al. · 2022
- 8 **Comparison of nutritional supplements in improving glycolipid metabolism and endocrine function in polycystic ovary syndrome: a systematic review and network meta-analysis**
Hu X, Wang W, Su X, Peng H, Tan Z, Li Y et al. · 2023
- 9 **Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Biomarkers of Oxidative Stress in Adults: A GRADE-Assessed Systematic Review and Updated Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Dai S, Tian Z, Zhao D, Liang Y, Liu M, Liu Z et al. · 2022
- 10 **Dose-Response Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Blood Pressure among Patients with Cardiometabolic Disorders: A Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation (GRADE)-Assessed Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Zhao D, Liang Y, Dai S, Hou S, Liu Z, Liu M et al. · 2022
- 11 **Effect of Antioxidants on Sperm Quality Parameters in Subfertile Men: A Systematic Review and Network Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Su L, Qu H, Cao Y, Zhu J, Zhang SZ, Wu J et al. · 2022
- 12 **Clinical evidence of coenzyme Q10 pretreatment for women with diminished ovarian reserve undergoing IVF/ICSI: a systematic review and meta-analysis**
Lin G, Li X, Jin Yie SL, Xu L · 2024
- 13 **Efficacy and Optimal Dose of Coenzyme Q10 Supplementation on Inflammation-Related Biomarkers: A GRADE-Assessed Systematic Review and Updated Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Hou S, Tian Z, Zhao D, Liang Y, Dai S, Ji Q et al. · 2023
- 14 **Combination of trimetazidine and coenzyme Q10 for the treatment of acute viral myocarditis: a systematic review and meta-analysis**
Zeng M, Chen Z, Zhang Y, Pang Y · 2024
- 15 **The effectiveness of coenzyme Q10, vitamin E, inositols, and vitamin D in improving the endocrine and metabolic profiles in women with polycystic ovary syndrome: a network Meta-analysis**
Zhang J, Xing C, Zhao H, He B · 2021
- 16 **Effectiveness of Coenzyme Q10 Supplementation for Reducing Fatigue: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Tsai IC, Hsu CW, Chang CH, Tseng PT, Chang KV · 2022
- 17 **Coenzyme Q10 as Adjunctive Therapy for Cardiovascular Disease and Hypertension: A Systematic Review**
Sue-Ling CB, Abel WM, Sue-Ling K · 2022
- 18 **Efficacy and Safety of Coenzyme Q10 Supplementation in the Treatment of Polycystic Ovary Syndrome: a Systematic Review and Meta-analysis**
Zhang T, He Q, Xiu H, Zhang Z, Liu Y, Chen Z et al. · 2023
- 19 **Diabetes, Age, and Duration of Supplementation Subgroup Analysis for the Effect of Coenzyme Q10 on Oxidative Stress: A Systematic Review and Meta-Analysis**
Hajilulian G, Heshmati J, Jafari Karegar S, Sepidarkish M, Shokri A, Shidfar F · 2021
- 20 **Does coenzyme Q10 improve semen quality and circulating testosterone level? a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials**
Akhigbe TM, Fidelis FB, Adekunle AO, Ashonibare VJ, Akorede BA, Shuaibu MS et al. · 2024
- 21 **The effects of coenzyme Q10 supplementation on biomarkers of exercise-induced muscle damage, physical performance, and oxidative stress: A GRADE-assessed systematic review and dose-response meta-analysis of randomized controlled trials**
Talebi S, Pourgharib Shahi MH, Zeraattalab-Motlagh S, Asoudeh F, Ranjbar M, Hemmati A et al. · 2024
- 22 **Effectiveness of Coenzyme Q10 Supplementation in Statin-Induced Myopathy: A Systematic Review**
Ahmad K, Manongi NJ, Rajapandian R, Moti Wala S, Al Edani EM, Samuel EA et al. · 2024
- 23 **Efficacy and Safety of Coenzyme Q10 in Idiopathic Male Infertility: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Trials**
Bakri S, Saleh R, Cayan S, Birowo P, Atmoko W, Zainal ATF et al. · 2025
- 24 **Emerging Evidence on Balneotherapy and Thermal Interventions in Post-COVID-19 Syndrome: A Systematic Review**
Elisabetta Ferrara, Manella Scaramuzzino, Giovanna Murmura, Gianmaria D'Addazio, Bruna Sinjari · Healthcare · 2025
- 25 **Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Vascular Endothelial Function: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Dael S, Ildarabadi A, Goodarzi S, Mohamadi-Sartang M · 2024
- 26 **Coenzyme Q10 supplementation in rheumatic diseases: A systematic review**
Freire de Carvalho J, Skare T · 2024
- 27 **Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Depressive Symptoms and Fatigue: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials**
Magalhães PLM, da Silva AMP, Maximiano MLB, Fernandes JVA, Amaral DC, Amaral DC et al. · 2026
- 28 **Effects of coenzyme Q10 supplementation on statin-induced myopathy: a meta-analysis of randomized controlled trials**
Wei H, Xin X, Zhang J, Xie Q, Naveed M, Kaiyan C et al. · 2022
- 29 **Can coenzyme Q10 supplementation reduce exercise-induced muscle damage and oxidative stress in athletes? A systematic review and meta-analysis**
Qu H, Qu Y · 2025
- 30 **Effects of coenzyme Q10 analogs on oxidative stress, muscle, and metabolism after exercise: A meta-analysis and systematic review**
Zhang Y, He Y, Ma M, Dong H, Ma Z · 2026
- 31 **The effect of coenzyme Q10 supplementation on depressive symptoms and anxiety: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials**
Akwan R, Elsharkawy MM, Zrineh A, Amleh A, Douden B, Alhouseini M et al. · 2025
- 32 **Effects of coenzyme Q10 supplementation on myopathy in statin-treated patients: a systematic review and meta-analysis**
Kovacic S, Habicht SD, Eckert GP · 2025
- 33 **Efficacy of coenzyme Q10 for prevention of postoperative atrial fibrillation following cardiac surgery: a meta-analysis**
Li X, Liu X, Wang X, Li Y, Du Z, Li J et al. · 2024
- 34 **Coenzyme Q10 supplementation in multiple sclerosis: A systematic review**
Salekzamani S, Pakkhesal S, Babaei M, Mirzaaghaazadeh E, Mosaddeghi-Heris R, Talebi M et al. · 2025
- 35 **Drug therapy versus placebo or usual care for comatose survivors of cardiac arrest: a systematic review with meta-analysis**
McGuigan PJ, Pauley E, Eastwood G, Hays LMC, Jakobsen JC, Moseby-Knappe M et al. · 2024
- 36 **Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Glycemic Control Biomarkers: An Umbrella Review of Meta-Analyses of Randomised Controlled Trials**
Musazadeh V, Falahatzadeh M, Mahmoudinezhad M, Shahhoosheini E, Jamali M, Pam P et al. · 2026
- 37 **The effect of CoQ10 supplementation on cardiovascular risk factors in patients with prediabetes and type 2 diabetes mellitus: a grade-assessed systematic review and dose-response meta-analysis**
Rezagholizadeh F, Rezvani S, Oskouie FH, Bahreini N, Arabi SM, Sadeghian R et al. · 2026
- 38 **The effects of coenzyme Q10 supplementation on glycemic control in diabetic and non-diabetic individuals: a systematic review and meta-analysis**
Collares LDN, Peres Messenburger G, Nuñez FF, Pieniz S · 2026
- 39 **Effect of micronutrients on fertility and aneuploidy rates in human conceptions: a systematic review and meta-analysis**
Schütz D, Lettorp KH, Olofsson IA, Hoffmann ER · 2026
- 40 **Effects of selected dietary supplements on migraine prophylaxis: A systematic review and dose-response meta-analysis of randomized controlled trials**
Talandashti MK, Shahinfar H, Delgarm P, Jazayeri S · 2025
- 41 **Effects of coenzyme Q10 administration on blood pressure and heart rate in adults: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials**
Karimi M, Pirzad S, Hooshmand F, Shirsalimi N, Pourfaraji SMA · 2025
- 42 **Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Metabolic Indicators in Patients with Type 2 Diabetes: A Systematic Review and Meta-Analysis**
Li Y, El-Sehrawy AAMA, Shankar A, Srivastava M, Mohammed JS, Hجازi A et al. · 2025
- 43 **Coenzyme Q10 supplementation increases blood concentrations but shows limited and inconsistent effects on exercise performance: a systematic review and meta-analysis**
Deng H, Song T, Yin M, Xu K, Zhong Y, Mohd NB et al. · 2025
- 44 **Clinical efficacy of adjunctive use of coenzyme Q10 in non-surgical periodontal treatment: A systematic review**
Fernandez MDS, Martins TM, Meza-Mauricio J, Ribeiro MC, Silva FH, Casarin M et al. · 2025
- 45 **Effects of Carnitine and Coenzyme Q10 on Sperm Quality and Pregnancy Rates in Men with Unexplained Infertility: A Systematic Review and Network Meta-Analysis**
Niu C, Lu X, Xie Y, Yu Y, Gao Y, Shen N et al. · 2025
- 46 **Efficacy and safety of coenzyme Q10 in heart failure: a meta-analysis of randomized controlled trials**
Xu J, Xiang L, Yin X, Song H, Chen C, Yang B et al. · 2024
- 47 **Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Lipid and Glycaemic Profiles: An Umbrella Review**
Patiño-Cardona S, Garrido-Miguel M, Pascual-Morena C, Berlanga-Macias C, Luceron-Lucas-Torres M, Alfaro-González S et al. · 2024
- 48 **Effectiveness of non-pharmaceutical intervention on sperm quality: a systematic review and network meta-analysis**
Chen Z, Hong Z, Wang S, Qiu J, Wang Q, Zeng Y et al. · 2023
- 49 **The effect of coenzyme Q10 supplementation on liver enzymes: A systematic review and meta-analysis of randomized clinical trials**
Soleimani Damaneh M, Fatahi S, Aryaeian N, Bavi Behbahani H · 2023
- 50 **Primary prevention of cardiotoxicity in paediatric cancer patients receiving anthracyclines: systematic review and meta-analysis of efficacy and safety profiles**
Li J, Lee ARYB, Chen CK, Koo C, Lee MX, Sia C · 2023
- 51 **Coenzyme Q10 Supplementation in Athletes: A Systematic Review**
Fernandes MSS, Fidelis DEDS, Aidar FJ, Badicu G, Greco G, Cataldi S et al. · 2023
- 52 **Coenzyme Q10 Supplementation in Reducing Inflammation: An Umbrella Review**
McRae MP · 2023
- 53 **Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Sarcopenia, Frailty, and Falls: A Scoping Review**
Bolt J, Sandhu S, Mohammadi A · 2023
- 54 **Could nutrient supplements provide additional glycemic control in diabetes management? A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials of as an add-on nutritional supplementation therapy**
Kim Y, Oh YK, Lee J, Kim E · 2022

- 55 **A systematic review for the efficacy of coenzyme Q10 in patients with chronic kidney disease**
Xu Y, Yang G, Zuo X, Gao J, Jia H, Han E et al. · 2022
- 56 **Effects of coenzyme Q10 supplementation on inflammation, angiogenesis, and oxidative stress in breast cancer patients: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled- trials**
Alimohammadi M, Rahimi A, Faramarzi F, Golpour M, Jafari-Shakib R, Alizadeh-Navaei R et al. · 2021
- 57 **Coenzyme Q10 and Male Infertility: A Systematic Review**
Salvio G, Cutini M, Ciarloni A, Giovannini L, Perrone M, Balercia G · 2021
- 58 **The effect of emerging nutraceutical interventions for clinical and biological outcomes in multiple sclerosis: A systematic review**
Marx W, Hockey M, McGuinness AJ, Lane M, Christodoulou J, van der Mei I et al. · 2020
- 59 **Effect of Supplements on Endurance Exercise in the Older Population: Systematic Review**
Martínez-Rodríguez A, Martínez-Rodríguez A, Cuestas-Calero BJ, Hernández-García M, Martínez-Olcina M, Vicente-Martínez M et al. · 2020
- 60 **A Review of the Clinical Evidence for Complementary and Alternative Medicine in Huntington's Disease**
Yu M, Bega D · 2019
- 61 **The role of nutrients in the pathogenesis and treatment of migraine headaches: Review**
Nattagh-Eshtrivani E, Sani MA, Dahri M, Ghalichi F, Ghavami A, Arjang P et al. · 2018
- 62 **Improved cardiovascular health by supplementation with selenium and coenzyme Q10: applying structural equation modelling (SEM) to clinical outcomes and biomarkers to explore underlying mechanisms in a prospective randomized double-blind placebo-controlled intervention project in Sweden**
Alehagen U, Johansson P, Svensson E, Aaseth J, Alexander J · 2022
- 63 **Effects of an Intervention with Selenium and Coenzyme Q10 on Five Selected Age-Related Biomarkers in Elderly Swedes Low in Selenium: Results That Point to an Anti-Ageing Effect-A Sub-Analysis of a Previous Prospective Double-Blind Placebo-Controlled Randomised Clinical Trial**
Alehagen U, Alexander J, Aaseth JO, Larsson A, Svensson E, Opstad TB · 2023
- 64 **Effects of Ubiquinol and/or D-ribose in Patients With Heart Failure With Preserved Ejection Fraction**
Pierce JD, Shen Q, Mahoney DE, Rahman F, Krueger KJ, Diaz FJ et al. · 2022
- 65 **Increase in insulin-like growth factor 1 (IGF-1) and insulin-like growth factor binding protein 1 after supplementation with selenium and coenzyme Q10. A prospective randomized double-blind placebo-controlled trial among elderly Swedish citizens**
Alehagen U, Johansson P, Aaseth J, Alexander J, Brismar K · 2017
- 66 **Evaluation of monotheapy of Coenzyme Q10, L-carnitine or combined therapy on semen parameters in idiopathic male infertility: A placebo-controlled double blind randomized clinical trial**
Higazy A, Mohammed W, Esmat M, Samir M · 2026
- 67 **Prevention of contrast induced-acute kidney injury using coenzyme Q10 in patients with ST-segment elevation myocardial infarction undergoing primary percutaneous coronary intervention**
Ahmadimoghaddam D, Talebi SS, Rahmani A, Zamanirafe M, Parvaneh E, Ranjbar A et al. · 2023
- 68 **Systematic evaluation of the effectiveness of Xuesaitong combined with nutraceutical drugs in the treatment of diabetic peripheral neuropathy**
Li J, Deng Z, Cui R, Zhang J · 2025
- 69 **High-dose ubiquinol supplementation in multiple-system atrophy: a multicentre, randomised, double-blinded, placebo-controlled phase 2 trial**
Mitsui J, Matsukawa T, Uemura Y, Kawahara T, Chikada A, Porto KJL et al. · 2023
- 70 **The proBNPage reduction (PBAR) trial-results of a randomized, double blind, placebo-controlled, pilot study to fine tune an NT-proBNP-based method to assess the effect of anti-aging treatments**
Muscarì A, Forti P, Magalotti D, Brizi M, Piro F, Ramazzotti E et al. · 2026
- 71 **Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Cardiac Function and Quality of Life in Patients with Heart Failure: A Randomized Controlled Trial**
Bodea O, Boia ER, Craciun LM, Valcovici MD, Motofeala AC, Munteanu AM et al. · 2025
- 72 **The Effects of Coenzyme Q10 on Contrast-Induced Acute Kidney Injury in Type 2 Diabetes: A Randomized Clinical Trial**
Karbasì A, Abbasi A, Mohagheghi A, Poorolajal J, Emami F, Moradkhani S et al. · 2024
- 73 **Selenium and Coenzyme Q10; Intervention Prevents Telomere Attrition, with Association to Reduced Cardiovascular Mortality-Sub-Study of a Randomized Clinical Trial**
Opstad TB, Alexander J, Aaseth JO, Larsson A, Seljeflot I, Alehagen U · 2022
- 74 **Effect of Ubiquinol on Cognitive Function, Blood Pressure, Arterial Stiffness, and Biomarkers of Oxidative Stress and Inflammation in the Elderly: A Randomized Trial**
Nankivell MC, Rosenfeldt F, Reddan JM, de Haan JB, Zhang Ping C, Campbell-Brown B et al. · 2026
- 75 **Effects of Coenzyme Q10, Tryptophan, and Magnesium Supplementation on Fatigue in Patients with Fibromyalgia - A Randomized Trial**
Rosselló Aubach L, Fornós Roca X, Fernández Álvarez ME · 2025
- 76 **Effects of poly-bioactive compounds on lipid profile and body weight in a moderately hypercholesterolemic population with low cardiovascular disease risk: a multicenter randomized trial**
Solà R, Valls RM, Puzo J, Calabuig JR, Brea A, Pedret A et al. · 2014
- 77 **Coenzyme Q10 supplementation improves cholesterol efflux capacity and antiinflammatory properties of high-density lipoprotein in Chinese adults with dyslipidemia**
Zou J, Tian Z, Zhao Y, Qiu X, Mao Y, Li K et al. · 2022
- 78 **Coenzyme Q10 Impact on Ovarian Reserve Measures and the Intra-Cytoplasmic Sperm Injection (ICSI) Outcomes in Women with Poor Ovarian Response: A Randomized Controlled Study**
Abdelrahman MA, Gamal M, Salem SA, Ibrahim ARN, Rabaa H · 2026
- 79 **Coenzyme Q10 as a potential add-on treatment for patients suffering from painful diabetic neuropathy: results of a placebo-controlled randomized trial**
Amini P, Sajedi F, Mirjalili M, Mohammadi Y, Mehrpooya M · 2022
- 80 **Ubiquinol supplementation modulates energy metabolism and bone turnover during high intensity exercise**
Díaz-Castro J, Mira-Rufino PJ, Moreno-Fernández J, Chiroso I, Chiroso JL, Guisado R et al. · 2020
- 81 **The clinical outcome of Montelukast versus co-enzyme Q10 in adult patients with sepsis: A randomized controlled clinical trial**
Eladly GH, Amin SOE, Sabri NA, Shawki MA · 2026
- 82 **Supplementation with Qter® and Creatine improves functional performance in COPD patients on long term oxygen therapy**
De Benedetto F, Pastorelli R, Ferrario M, de Blasio F, Marinarì S, Brunelli L et al. · 2018
- 83 **Efficacy and Safety of a Multi-Ingredient Liquid-Based Botanical Nutraceutical for Improving Markers of Metabolic Health: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Clinical Trial**
Messier H, D'Adamo CR, Panchal N, Patel G · 2026
- 84 **Long-term effects of nutraceuticals (berberine, red yeast rice, policosanol) in elderly hypercholesterolemic patients**
Marazzi G, Cacciotti L, Pelliccia F, Iaia L, Volterrani M, Caminiti G et al. · 2011
- 85 **The Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Oxidative Status and Lipid Profile in Migraine Patients: A Randomized Double-Blinded Controlled Clinical Trial**
Dahri M, Sarafan Sadeghi A, Pahlavani N, Nattagh-Eshtrivani E, Hashemilari M, Asghari-Jafarabadi M et al. · 2023
- 86 **Comparative assessment of Omega-3 and CoQ10 as adjuncts to periodontal therapy and total antioxidant capacity of saliva in patients with chronic periodontitis: A double-blind, randomized clinical trial**
Farahmand A, Talebi M, Ramezani F, Karami R, Jafari Nodoushani Z, Alsadat Ayatollahi N et al. · 2024
- 87 **Is High-Dose Ubiquinone Therapy Before Cardiac Surgery Enough to Reduce the Incidence of Cardiac Surgery-Associated Acute Kidney Injury? A Randomized Controlled Trial**
Vučemićević H, Kovač R, Stanišić L, Sanader Vučemićević A, Mrčela D, Benzon B et al. · 2025
- 88 **Effect of coenzyme Q10 on post-extraction tissue healing in wisdom tooth Surgery: double-blind randomized clinical trial**
Nejati Z, Ghadirzadeh B, Mohammadi H, Afraie M, Moradi Y · 2025
- 89 **Effects of Differing Nutritional Supplementation Combined With High-Intensity Aerobic Interval Training on Functional Exercise Capacity, Cardiac Function, and Quality of Life in Patients With Heart Failure and Reduced Ejection Fraction: A Randomized Trial**
Petrov I, Stoichev K, Aliman O, Kashilska Y, Gencheva D, Goranov G et al. · 2026
- 90 **Impact of coenzyme Q10 as an adjuvant therapy to letrozole on spermiogram results and sex hormone levels in Iraqi men with infertility: randomized open label comparative study**
Fadhil EB, Mohammed MM, Alkawaz UM · 2024
- 91 **Coenzyme Q10 as an adjunctive strategy to reduce paclitaxel-induced toxicities in breast cancer: a randomized controlled trial**
Hassoub G, El-Basslouny NA, Abdelkader Y, Badawy AA, Kassem AB · 2026
- 92 **Six-month supplementation with high dose coenzyme Q10 improves liver steatosis, endothelial, vascular and myocardial function in patients with metabolic-dysfunction associated steatotic liver disease: a randomized double-blind, placebo-controlled trial**
Vrentzos E, Ikonomidis I, Pavlidis G, Katogiannis K, Korakas E, Kountouri A et al. · 2024
- 93 **Coenzyme Q10 in the Treatment of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Children: A Randomized Controlled Trial**
Gamal F, El Agami O, Salamah A · 2022
- 94 **Coenzyme q10 liquid supplementation in dyslipidemic subjects with statin-related clinical symptoms: a double-blind, randomized, placebo-controlled study**
Derosa G, D'Angelo A, Maffioli P · 2019
- 95 **Promising efficacy of coenzyme Q10 supplementation as adjunctive therapy in juvenile idiopathic arthritis: a randomized-controlled pilot study**
Elsherif N, Shousha G, Sabri NA, Shawki MA · 2026
- 96 **The effects of concurrent Coenzyme Q10, L-carnitine supplementation in migraine prophylaxis: A randomized, placebo-controlled, double-blind trial**
Hajhashemi P, Askari G, Khorvash F, Reza Maracy M, Nourian M · 2019
- 97 **The effects of coenzyme Q10 supplementation on metabolic profiles and parameters of mental health in women with polycystic ovary syndrome**
Karamali M, Gholizadeh M · 2022
- 98 **Effect of six weeks ubiquinol supplementation on mitochondrial respiratory function and exercise capacity in healthy males**
Acton JP, Alsharif NS, Bond JW, Cocksedge SP, Mclellan AG, Peden DL et al. · 2026
- 99 **Ubiquinol Ameliorates Endothelial Dysfunction in Subjects with Mild-to-Moderate Dyslipidemia: A Randomized Clinical Trial**
Sabbatinelli J, Orlando P, Galeazzi R, Silvestri S, Cirilli I, Marcheggiani F et al. · 2020
- 100 **Comparative evaluation of topical and intramuscular coenzyme Q10 application in non-surgical periodontal disease management: A randomized clinical study**
Sinha S, Khan KP, Rupam RK, Jha R, Singh A, Mohamed Adhil K · 2026
- 101 **The Effect of Coenzyme Q10 on Tinnitus Severity and Sleep Quality in Patients with Presbycusis**
Abbasi R, Emami F, Atighechi S, Sadeghi Z · 2025
- 102 **Dietary intake of coenzyme Q10 reduces oxidative stress in patients with acute ischemic stroke: a double-blind, randomized placebo-controlled study**
Mojaver A, Khazaei M, Ahmadpanah M, Zarei M, Soleimani Asl S, Habibi P et al. · 2025
- 103 **Ubiquinol supplementation in elderly patients undergoing aortic valve replacement: biochemical and clinical aspects**
Orlando P, Sabbatinelli J, Silvestri S, Marcheggiani F, Cirilli I, Dlodla PV et al. · 2020
- 104 **The effect of coenzyme Q10 pretreatment on ovarian reserve in women undergoing hysterectomy with bilateral salpingectomy: a randomised, double-blind, placebo-controlled trial**
Micaraseth K, Tantanavipras S, Hongsakorn W, Singwongsa A · 2025
- 105 **Ubiquinol (reduced coenzyme Q10) as a metabolic resuscitator in post-cardiac arrest: A randomized, double-blind, placebo-controlled trial**
Holmberg MJ, Andersen LW, Moskowitz A, Berg KM, Cocchi MN, Chase M et al. · 2021
- 106 **Effects of coenzyme Q10 on oxidative stress biomarkers in printing workers with low-level exposure to toluene and xylene: a randomized, double-blind, placebo-controlled crossover clinical trial**
Dehghan Haghighi J, Hormozi M, Payandeh A, Balarak D · 2026
- 107 **Cardiorespiratory fitness and effects of ubiquinol during high-altitude acclimatization and deacclimatization: The SCARF trial**
Lv H, Liu Z, Sun M, Yu S, Hu M, Bian S et al. · 2025
- 108 **Effect of ubiquinol on electrophysiology during high-altitude acclimatization and de-acclimatization: A substudy of the Shigatse CARDiorespiratory fitness (SCARF) randomized clinical trial**
Liu Z, Yang J, Yang B, Sun M, Ye X, Yu S et al. · 2024
- 109 **No effect of combined coenzyme Q10 and selenium supplementation on atorvastatin-induced myopathy**
Bogsrud MP, Langslet G, Ose L, Arnesen KE, Sm Stuen MC, Malt UF et al. · 2013

- 110 Coenzyme Q10 supplementation raises plasma levels without improving mitochondrial function in older adults
Schmücker M, Tranberg C, Borch J, Kaae MK, Damgaard M, Flensted-Jensen M et al. · 2026
- 111 Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on Physical Function Adaptations to High-Intensity Interval Training in Older Adults
Bagheri N, Kargarfard M, Bagheri R, Dutheil F · 2025
- 112 Coenzyme Q10 Supplementation in Statin Treated Patients: A Double-Blinded Randomized Placebo-Controlled Trial
Dohlmann TL, Kuhlman AB, Morville T, Dahl M, Asping M, Orlando P et al. · 2022
- 113 Clinical and biochemical assessment of the effect of topical use of coenzyme Q10 versus topical corticosteroid in management of symptomatic oral lichen planus: randomized controlled clinical trial
Abdelsamie M, Zahran F, Hussine AA, Shaker O, Al-Mahallawi AM · 2023
- 114 Effectiveness of Liquid Toothpaste Containing Coenzyme Q10 in Reducing Dental Plaque and Gingivitis: A Crossover Randomized Controlled Trial
Buranasin P, Nantakeerapat T, Thongsiri C, Mutiwattanasawad B, Pongpattana P, Meehokwong M et al. · 2025
- 115 Effect of Coenzyme Q10 on early wound healing after recession coverage surgery with the modified coronally advanced tunnel technique and a connective tissue graft: A 6-month, triple-blinded, randomized, placebo-controlled pilot trial
Stähli A, De Ry SP, Rocuzzo A, Imber JC, Sculean A · 2024
- 116 Ubiquinone (Coenzyme Q-10) Supplementation Influences Exercise-Induced Changes in Serum 25(OH)D3 and the Methyl-Arginine Metabolites: A Double-Blind Randomized Controlled Trial
Mieszkowski J, Kochanowicz A, Brzezińska P, Kochanowicz M, Żołądkiewicz K, Stankiewicz B et al. · 2024
- 117 The effect of 8 weeks of physical training on muscle performance and maximal fat oxidation rates in patients treated with simvastatin and coenzyme Q10 supplementation
Kuhlman AB, Mikkelsen LB, Regnersgaard S, Heinrichsen S, Nielsen FH, Frandsen J et al. · 2022
- 118 Randomized Crossover Clinical Trial of Nicotinamide Riboside and Coenzyme Q10 on Metabolic Health and Mitochondrial Bioenergetics in CKD
Ahmadi A, Valencia AP, Begue G, Norman JE, Fan S, Durbin-Johnson BP et al. · 2024
- 119 Randomized crossover clinical trial of coenzyme Q10 and nicotinamide riboside in chronic kidney disease
Ahmadi A, Begue G, Valencia AP, Norman JE, Lidgard B, Bennett BJ et al. · 2023
- 120 Effects of Ubiquinol on Oxidized Low-Density Lipoprotein in Prediabetic Patients: A Randomized, Double-Blinded, Placebo-Controlled Study
Leaovittavat R, Palakornkitti P, Thetsana P, Teng-Umuay P · 2026
- 121 Ubiquinone supplementation during lovastatin treatment: effect on LDL oxidation ex vivo
Palomäki A, Malmiemi K, Solakivi T, Malmiemi O · 1998
- 122 Impact of liposomal delivery on coenzyme Q10 absorption: a double-blind, placebo-controlled, randomized trial
Jäger R, Purpura M, Godavarthi A, Ceylan HI, Balcombe ST, Chandrappa A et al. · 2025
- 123 Short-term CoQ10 supplementation reduces markers of cardiac stress in soccer players following heavy exercise: A randomized double-blind placebo-controlled trial
Rahimi MR, Morton AB, Golpasandi H, Salih SH · 2025
- 124 Ubiquinol Improves Endothelial Function in Patients with Heart Failure with Reduced Ejection Fraction: A Single-Center, Randomized Double-Blind Placebo-Controlled Crossover Pilot Study
Kawashima C, Matsuzawa Y, Konishi M, Akiyama E, Suzuki H, Sato R et al. · 2020
- 125 Phase I Randomized, Placebo-Controlled, Cross-Over Dose-Finding Study of Coenzyme Q10 on Doxorubicin Pharmacokinetics during Breast Cancer Treatment
Greenlee H, Crew KD, Maurer M, Kalinsky K, Cremers S, Naini A et al. · 2025
- 126 Investigating the Effect of Coenzyme Q10 Supplementation on Cisplatin-Induced Nephrotoxicity in Patients Undergoing Chemotherapy: A Randomized Clinical Trial
Masoumi R, Javadian P, Ahmadi A, Sepehrni M · 2025
- 127 Coenzyme Q10 mitigates macrophage mediated inflammation in heart following myocardial infarction via the NLRP3/IL1 β pathway
Pan W, Zhou G, Hu M, Li G, Zhang M, Yang H et al. · 2024
- 128 Ubiquinol Short-Term Supplementation Prior to Strenuous Exercise Improves Physical Performance and Diminishes Muscle Damage
Moreno-Fernandez J, Puche-Juarez M, Toledano JM, Chirosa I, Chirosa LJ, Pulido-Moran M et al. · 2023
- 129 Bioavailability of Reduced Coenzyme Q10 (Ubiquinol-10) in Burn Patients
Kuriyama N, Nakamura T, Nakazawa H, Wen T, Berra L, Bittner EA et al. · 2022
- 130 Preoperative C-Reactive Protein Levels Predict Readmission Following Elective Vascular Surgery
mcfalls e, Khan A, Green DL, Santilli S, Johnson DK, Carlson S et al. · 2021
- 131 Coq10 for preventing cardiotoxicity in breast cancer patients treated with trastuzumab
Al-Hammadi N, AlSabri E, Kudhair AH, Qassam H, Hadi NR · 2023
- 132 Managing Pseudophakic Corneal Edema: Structural Changes and Preliminary Observations on Coenzyme Q10 Use
Güvenç U, Akkaya ZY, Burcu A · 2025
- 133 The Effects of Coenzyme Q10 Supplementation on the Contrast Sensitivity Score, Biomarkers of Oxidative Stress, Inflammation, and β -Secretase Activity in the Blood and the Correlation Among these Factors in Diabetic Retinopathy Patients: Clinical Trial
Sharif MH, Javadian Sarraf F, Sharifpour E, Zamanlu M, Gholipour P, Soltanian A et al. · 2026
- 134 Ubiquinol Supplementation Improves Gender-Dependent Cerebral Vasoreactivity and Ameliorates Chronic Inflammation and Endothelial Dysfunction in Patients with Mild Cognitive Impairment
García-Carpintero S, Domínguez-Bértalo J, Pedrero-Prieto C, Frontiñán-Rubio J, Amo-Salas M, Durán-Prado M et al. · 2021
- 135 Coenzyme Q(10) and selenium in statin-associated myopathy treatment
Fedacko J, Pella D, Fedackova P, Hänninen O, Tuomainen P, Jarcuska P et al. · 2013
- 136 Reduced platelet mitochondrial respiration and oxidative phosphorylation in patients with post COVID-19 syndrome are regenerated after spa rehabilitation and targeted ubiquinol therapy
Sumbalová Z, Kucharská J, Rausová Z, Palacka P, Kovalčíková E, Takáčsová T et al. · 2022
- 137 Benefit of mountain spa rehabilitation and ubiquinol treatment in patients with post-COVID-19 syndrome
Kucharska J, Sumbalova Z, Rausova Z, Palacka P, Navas P, Lopez-Lluch G et al. · 2023
- 138 Post-workout supplementation with CoQ10 and sports drink on exercise performance and muscle recovery after exercise in normal and overweight males
Thar PP, Likittwattanasade T, Sriksuea R · 2026
- 139 Ubiquinol-10 Intake Is Effective in Relieving Mild Fatigue in Healthy Individuals
Mizuno K, Sasaki AT, Watanabe K, Watanabe Y · 2020
- 140 Ubiquinone supplementation and exercise capacity in trained young and older men
Laaksonen R, Fogelholm M, Himberg JJ, Laakso J, Salorinne Y · 1995
- 141 Diabetes Risks of Statin Therapy-Coenzyme Q10 May Help
Han X, Liu J, Gu Y, Li Y, Zhang W, Lv N et al. · 2025
- 142 Supplements and Drugs Are Associated With Biological Age in a Cohort of Exceptionally Healthy Individuals
Pabis K, Wang W, Selvarajoo K, Budovskaya YV, Sorrentino V, Gruber J et al. · 2026
- 143 Coenzyme Q10 and spinocerebellar ataxias
Lo RY, Figueroa KP, Pulst SM, Lin CY, Perlman S, Wilmot G et al. · 2015
- 144 Applications of Dietary Supplements and Aromatherapy for Prophylactic and Treatment Purposes During COVID-19 Pandemic
Mancak M, Koca Çalışkan U · 2023
- 145 Association of vitamin intake with health-related quality of life in hemodialysis patients
Alchabab U, El Hajj Chehade R, Kharsa C, Kassab R, Dib SM, Chelala D et al. · 2024
- 146 Coenzyme Q10 Supplementation May Be Correlated With Resolution of New Daily Persistent Headache
Takle M, Strelzik J, Langdon R, Turner A, McClintock W, Barber J et al. · 2026
- 147 Coenzyme Q10 + alpha lipoic acid for chronic COVID syndrome
Barletta MA, Marino G, Spagnolo B, Bianchi FP, Falappone PCF, Spagnolo L et al. · 2023
- 148 The Role and Place of Antioxidants in the Treatment of Male Infertility Caused by Varicocele
Szymański M, Domaracki P, Szymańska A, Wandtke T, Szyca R, Brycht Ł et al. · 2022
- 149 Oral Coenzyme Q10 supplementation leads to better preservation of kidney function in steroid-resistant nephrotic syndrome due to primary Coenzyme Q10 deficiency
Drovandi S, Lipska-Ziętkiewicz BS, Ozaltin F, Emma F, Gulhan B, Boyer O et al. · 2022
- 150 Associations of chronic obstructive pulmonary disease with sarcopenia and related factors: Nutritional status, body composition, antioxidant capacity, and inflammatory profile
Chen SP, Hsu JE, Wu YC, Lin PT · 2026
- 151 Association of Coenzyme Q10 Supplementation With Statin-Associated Muscle Symptoms in Long-Term Statin Users
Zeeshan M, Raza A, Waseem A, Sadia, Mushtaq MR, Siddiqui S et al. · 2025
- 152 Genetic Variants of LDLR and PCSK9 Associated with Variations in Response to Antihypercholesterolemic Effects of Armolipid Plus with Berberine
De Castro-Orós I, Solà R, Valls RM, Brea A, Mozas P, Puzo J et al. · 2016
- 153 Phase Ia/b Multicenter Study of BPM31510iV Targeting Mitochondrial Metabolism/Warburg Effect as Monotherapy and Combination Chemotherapy in Solid Tumor Patients
Subbiah V, Yu PP, Sarangarajan R, Kiebish MA, Rodrigues LO, Miller GM et al. · 2025
- 154 Effects of ubiquinol intake on improving menstrual symptoms among female healthcare workers: An open-label pilot study
Kinoshita T, Maruyama K, Katakami K, Sakiyama T · 2025
- 155 Beneficial Effects of a Nutraceutical Combination on Lipid Profiles in Children with Moderate and Severe Hypercholesterolemia
Garoufi A, Papadaki M, Kalogiannis M, Zerva U, Charakida M, Marmarinos A et al. · 2024
- 156 Effects of nonprescription therapies on vestibular migraine: a questionnaire-based observational study
Hannigan IP, Rosengren SM, Di Tanna GL, Watson SRD, Welgampola MS · 2024
- 157 Efficacy and Safety of Q10 Ubiquinol With Vitamins B and E in Neurodevelopmental Disorders: A Retrospective Chart Review
Cucinotta F, Ricciardello A, Turriziani L, Mancini A, Keller R, Sacco R et al. · 2022
- 158 Effect of antioxidant supplementation containing L-carnitine on semen parameters: a prospective interventional study
Nazari L, Salehpour S, Hosseini S, Allameh F, Jahanmardi F, Azizi E et al. · 2021
- 159 Hedgehog pathway inhibitors for locally advanced and metastatic basal cell carcinoma: A real-world single-center retrospective review
Patel S, Armbruster H, Pardo G, Archambeau B, Kim NH, Jeter J et al. · 2024
- 160 Antioxidant Effects of CoQ10 in Transfusion-Dependent β -Thalassemia Major Patients: Implications for Ferroptosis-Related Pathways
Fekri K, Mirfroughi MM, Salehinajafabadi Y, Raeisi Shahrahi H, Ershadi R, Rahmati S · 2026
- 161 Evaluation of a Grape Extract and Coenzyme Q10-Based Nutricosmetic Formula on Cellulite-Related Parameters
Arnaud E, Gille I, Jeanroy M, Lemaire B, Gaudout D · 2025
- 162 [CLINICAL OUTCOMES OF COENZYME Q10 SUPPLEMENTATION IN PATIENTS WITH HIGH SPERM DNA FRAGMENTATION]
Enatsu N, Kishi K, Toyo K, Yamagami K, Wei X, Furuhashi K et al. · 2024
- 163 Modulatory Effects of Antioxidant Supplementation on Serum Oxidative Stress Biomarkers MDA and T-AOC in Females with Unexplained Infertility
Didžkaitė G, Kuznecovaitė A, Žvirblė M, Survila Ž, Pašukonienė V, Kvedariénė V · 2026
- 164 Cardioprotective effects of CoQ10 in pediatric patients with lysosomal storage disorders
Abuzaid Y, Suliman GAM, Toulba OARER, Elezz AAEBA, Badraldeen A, Dawoud H · 2025
- 165 The Effect of Coenzyme Q10 as a Part of Standard Therapy on Plasma Concentrations of Ubiquinol, Ubiquinone, Total CoQ10 and its Redox State in Patients with Ischemic Heart Disease
Zozina VI, Shikh EV, Kondratenko SN, Melnikov ES, Kukes VG · 2022
- 166 The Spectrum of clinical manifestations in newborns with the COQ4 mutation: case series and literature review
Pan P, Zhou N, Sun Y, Chen Z, Han J, Zhou W · 2024
- 167 Whole-Exome Sequencing Study of Fibroblasts Derived From Patients With Cerebellar Ataxia Referred to Investigate CoQ10 Deficiency
Monfrini E, Pesini A, Biella F, Sobreira CFR, Emmanuele V, Brescia G et al. · 2023
- 168 Kidney outcomes of coenzyme Q10 supplementation in patients with genetically confirmed CoQ10 nephropathy in Japan
Nagano C, Ushijima K, Tezuka Y, Okamoto T, Inaba Y, Miyazono A et al. · 2026
- 169 Evaluating a Coenzyme Q10-Based Food for Special Medical Purpose, for Mitochondrial Diseases Management: An Open-Label, Pilot Trial
Chico L, Lopriore P, Cecchi G, Meli A, Bernardini C, Balestrini L et al. · 2026

- 170 **Proof of concept of the WOMED model of benign thyroid disease: Restitution of thyroid morphology after correction of physical and psychological stressors and magnesium supplementation**
Moncayo R, Moncayo H · 2015
- 171 **Plasma CoQ10 Status in Patients with Propionic Acidemia and Possible Benefit of Treatment with Ubiquinol**
Stanescu S, Belanger-Quintana A, Fernández-Felix BM, Ruiz-Sala P, Alcaide P, Arrieta F et al. · 2022
- 172 **Success of Coenzyme Q10 in Treating Steroid-Resistant Nephrotic Syndrome in Jordan: A Case Series**
Frehat MQ, Alhadidi A, Almhairat A, Alkhatib L, Al Thaher S, Al Assaf R et al. · 2025
- 173 **Disappearance of Plaque Following Treatment with Antioxidants in Peyronie's Disease Patients-A Report of 3 Cases**
Paulis G, De Giorgio G · 2022
- 174 **Clinical, genetic, and advanced neuroimaging features in adult siblings with Q10 deficiency due to COQ4 mutation: Review of literature**
Ökçesiz İ, Odabaş MS, Gütekin M, Çiplakgilil A · 2026
- 175 **Initial presentation with elevated transaminases and subsequent hematuria in limb-girdle muscular dystrophy type 2B: A case report**
Ji Z, Zheng H, Yang Y, Li D, Li Z, Guo X · 2026
- 176 **Reversing Acute Cardiomyopathy With Coenzyme Q10 Supplementation in Cobalamin B Disease: A Case Report and Literature Review**
Said D, Al Shamsi A · 2026
- 177 **COQ2-Associated Primary Coenzyme Q10 Deficiency Presenting With Proteinuria: A Case Report and Literature Review**
Yue Y, Zhao F, Chen Q · 2026
- 178 **RTN4IP1 mutation and endocrine failure: clinical features and possible benefits of coenzyme Q10**
Digitale Selvaggio L, Allosso F, Errico M, Grande G, Yousaf M, Torella A et al. · 2026
- 179 **Case Report: Pediatric nephrology-expanding the genotypic spectrum of COQ2-related nephropathy with a novel splice site variant in CoQ10-responsive SRNS**
Huang YR, Pal A, Tsai AC · 2026
- 180 **COQ8A-related Primary Coenzyme Q10 Deficiency Mimicking Mitochondrial Encephalomyopathy, Lactic Acidosis, and Stroke-like Syndrome: A Pediatric Case Report and Review of Mitochondrial Mimics**
Reddy SB, Daru A, Pande V, Chalipat S, Sai PBVS · 2026
- 181 **PDSS1 mutations-associated steroid-resistant nephrotic syndrome: case report and review of literature**
Habib C, Tal G, Weiss K, Magen D, Pollack S · 2025
- 182 **Glycine N-Acyltransferase Deficiency due to a Homozygous Nonsense Variant in the GLYAT: A Novel Inborn Error of Metabolism**
Nourbakhsh M, Miryounesi M, Tale A, Karimzadeh P, Sadeghi H, Ghasemi MR et al. · 2025
- 183 **Lipidomic signatures in lung adenocarcinoma and spontaneous pneumothorax tissues associated with heated tobacco use: a pilot study**
Takanashi Y, Kitamoto T, Kondo M, Takei K, Shibata M, Sekihara K et al. · 2026
- 184 **Oxidative DNA Damage and Antioxidant Depletion: A Systemic Profile in Primary Open-Angle Glaucoma**
Akyol K, Kocer I, Ozkan Hİ · 2026
- 185 **Development of coenzyme Q10-related molecular subtypes and a prognostic signature for predicting breast cancer prognosis and response to immunotherapy**
Fang Z, Liao SC, Guo YY, Li JJ, Wang Z, Zhang YM et al. · 2025
- 186 **Mechanisms of Antioxidant Protection of Low-Density Lipoprotein Particles Against Free Radical Oxidation**
Lankin VZ, Shumayev KB, Medvedeva VA, Tikhaze AK, Konovalova GG · 2025
- 187 **Clinical Efficacy of a Novel Topical Formulation on Periorbital Dark Circles: An Objective Analysis**
Brady RT, Shah-Desai S · 2025
- 188 **Trends in Coenzyme Q10 Supplement Use and Associations With All-Cause and Cardiovascular Mortality: A Population-Based Cohort Study**
Liang L, Zhong Z, Tian Z, Liu Z, Kuang H, He F et al. · 2025
- 189 **Investigating perceptions and usage of fertility supplements: a mixed methods analysis of a large online forum**
Tomlinson AF, Chapalamadugu M, Hombal A, Rodriguez S, Patrizio P · 2025
- 190 **Coenzyme Q10 and Cognition: A Review**
Nankivell MC, Rosenfeldt F, Pipingas A, Pase MP, Reddan JM, Stough C · 2025
- 191 **COQ8A-Ataxia as a Manifestation of Primary Coenzyme Q Deficiency**
Paprocka J, Nowak M, Chuchra P, Śmigiel R · 2022
- 192 **Candidate treatments for long COVID: a narrative review of expert and patient-driven priorities**
Baptista SN, Atkins T, Chakraborty S, Bakht M, Glasziou P, Byambasuren O · 2026
- 193 **Drug repurposing for disease-modifying effects in multiple system atrophy**
Jeong SH, Shin JY, Lee PH · 2026
- 194 **Beyond Conventional Therapy: A Comprehensive Review of Herbal, Traditional, and Emerging Interventions for Polycystic Ovary Syndrome**
Bashir S, Shah IM, Javeed S, Rafiquee A, Mir B, Hassan Mir R et al. · 2026
- 195 **Nutritional modulation of male fertility: a molecular-focused scoping review**
Ramgir-Naidu S, Abubakar YA, Soni M · 2026
- 196 **Oxidative stress and the therapeutic potential of dietary antioxidants in polycystic ovary syndrome: a narrative review**
Amer NA, Aldababseh SB, Gawad DAHA, Abdelsadek MM, Gouda RAK, Kinki AB · 2026
- 197 **Micronutrients and ICU-Acquired Weakness: A Narrative Review**
Galvano AN, Di Nicolò AM, Cusimano R, Giarratano A, Cortegiani A · 2026
- 198 **Intravenous longevity therapy: a critical review of evidence, mechanisms, and clinical utility**
Godic A, Townsend J · 2026
- 199 **Nutraceuticals and the Microbiota-Gut-Brain Axis: A Pathway for Preventing Cognitive Decline**
Castillo-Moral Á, Toda-Ferran C, Bulló M, Teichenné J, Escoté X · 2026
- 200 **Nutraceuticals for Preventing and Managing Cancer Chemotherapy-Induced Cardiotoxicity: An Updated Comprehensive Review**
Mirzohreh ST, Ghaffari S, Mesri Alamdari N, Banisefid E, Ghaffari M, Shabestari AN et al. · 2026
- 201 **[Sleep disorders and oxidative stress]**
Kozhokaru AB, Shmyrev VI, Lebedeva DI, Nurullina GI, Orlova AS · 2026
- 202 **Nutrients and bioactive compounds in polycystic ovary syndrome: updated insights into effects and underlying mechanisms**
Zhang Y, Shi B, Tian Y, Xu S, Chang H · 2026
- 203 **Multimechanistic actions of functional factors in enhancing physical strength and endurance: a scoping review of nutritional basis and natural extracts**
Huang X, Zhu J, Zang P, Chen J, Chen P, Xu N et al. · 2026
- 204 **Effects of Nutritional Supplements on Vascular Function: A Narrative Review**
Katsanaki E, Georgiopoulos G, Thymis J, Pavlidis G, Katogiannis K, Nikolaou PE et al. · 2026
- 205 **Nutraceutical Strategies for Blood Pressure Control: Mechanisms, Evidence, and Clinical Implications**
Vrcelj T, Buzjak Služek V, Ferenac Kiš M, Waisundara VY, Banjari I · 2026
- 206 **Coenzyme Q10 in Cardiovascular Medicine: Mechanisms, Clinical Evidence, and Future Integration in Heart Failure and Statin Myopathy**
Kumble J, Frishman WH · 2026
- 207 **Decoding the Follicular Fluid Microenvironment: Integrative Biomarkers and Multiomics Signatures to Predict IVF Outcomes**
Muraoka A, Kajiyama H · 2026
- 208 **Therapeutic Roles and Safety Profiles of Non-Vitamin Antioxidant Supplements in Female Infertility: A Narrative Review**
Davoudi-Monfared E, Fotouk Kiaie SM, Ebrahimi M · 2026
- 209 **Coenzyme Q10 and the Blood-Brain Barrier: An Overview**
Mantle D, Hargreaves I · 2025
- 210 **Coenzyme Q10 and Intracellular Signalling Pathways: Clinical Relevance**
Mantle D · 2025
- 211 **Next-Gen Neuroprotection in Glaucoma: Synergistic Molecules for Targeted Therapy**
Martucci A, Cesareo M, Pinazo-Durán MD, Aiello F, Pocobelli G, Mancino R et al. · 2025
- 212 **Dietary Phytonutrients in Fibromyalgia: Integrating Mechanisms, Biomarkers, and Clinical Evidence-A Narrative Review**
Kahraman T, Ayaz A · 2025
- 213 **Nutraceutical Strategies for Metabolic Dysfunction-Associated Steatotic Liver Disease (MASLD): A Path to Liver Health**
Vrentzos E, Pavlidis G, Korakas E, Kountouri A, Pliouta L, Dimitriadis GD et al. · 2025
- 214 **Exploring the protective effects of coenzyme Q10 on female fertility**
Jiang Y, Han Y, Qiao P, Ren F · 2025
- 215 **Nutraceuticals and Headache 2024: Riboflavin, Coenzyme Q10, Feverfew, Magnesium, Melatonin, and Butterbur**
Tepper SJ, Tepper K · 2025
- 216 **Antioxidant therapy in inborn metabolic diseases**
Heimes F, Berendes LS, Hannibal L, Park J · 2025
- 217 **Gulf War Illness, Fibromyalgia, Myalgic Encephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome and Long COVID Overlap in Common Symptoms and Underlying Biological Mechanisms: Implications for Future Therapeutic Strategies**
Mantle D, Domingo JC, Golomb BA, Castro-Marrero J · 2025
- 218 **The role of coenzyme Q10 in exercise tolerance and muscle strength**
Bian Z, Wei L · 2025
- 219 **[Antioxidants and micronutrients for the prevention and correction of reproductive dysfunction in men, the role of polyunsaturated fatty acids: a review of studies]**
Korneyev I A · 2025
- 220 **Advanced nutraceutical approaches to Parkinson's disease: bridging nutrition and neuroprotection**
Sharma R, Bhate L, Agrawal Y, Aspatwar A · 2025
- 221 **Antioxidants in Age-Related Macular Degeneration: Lights and Shadows**
Parmar UPS, Surico PL, Mori T, Singh RB, Cutrupi F, Premkishore P et al. · 2025
- 222 **Redox reactions in chronic pain: mechanisms and relevance in fibromyalgia**
Ho T, Ryan M, Holle J · 2025
- 223 **Mitochondrial metabolic rescue in post-COVID-19 syndrome: MR spectroscopy insights and precision nutritional therapeutics**
Chen LZ, Cai Q, Zheng PF · 2025
- 224 **Evaluating the Role of Coenzyme Q10 in Migraine Therapy-A Narrative Review**
Fajkiel-Madajczyk A, Wiciński M, Kurant Z, Stawatycki J, Slupski M · 2025
- 225 **The protective effects of coenzyme Q10 on blood pressure: a narrative review of anti-inflammatory and antioxidant mechanisms**
Hosseini Roknabadi SM, Abolhassani A, Davoodi E, Moghaddam Rad FZ, Jafarnejad S · 2025
- 226 **Nutritional factors and physical frailty: Highlighting the role of functional nutrients in the prevention and treatment**
Ziaei R, Shahdadian F, Bagherniya M, Karav S, Sahebkar A · 2024
- 227 **Mitochondrial Dysfunction and Coenzyme Q10 Supplementation in Post-Viral Fatigue Syndrome: An Overview**
Mantle D, Hargreaves IP, Domingo JC, Castro-Marrero J · 2024
- 228 **Lifestyle and Lipoprotein(a) Levels: Does a Specific Counseling Make Sense?**
Fogacci F, Di Micoli V, Sabouret P, Giovannini M, Cicero AFG · 2024
- 229 **Vitamins, Coenzyme Q10, and Antioxidant Strategies to Improve Oocyte Quality in Women with Gynecological Cancers: A Comprehensive Review**
Alexandru I, Nistor D, Motofeala AC, Cadar Andone BA, Crintea A, Tatu C et al. · 2024
- 230 **The Effects of Antioxidant Supplementation on Soccer Performance and Recovery: A Critical Review of the Available Evidence**
Poullos A, Papanikolaou K, Draganidis D, Tsimeas P, Chatzinikolaou A, Tsiokanos A et al. · 2024
- 231 **CoQ10 Ubiquinol: The Surfacing of Science and Role in Female and Male Fertility. A Narrative Review**
Derbyshire EJ · 2024
- 232 **Oxidative Stress and Male Infertility: The Protective Role of Antioxidants**
Kaltsas A · 2023
- 233 **Neuroprotective effects of coenzyme Q10 on neurological diseases: a review article**
Bagheri S, Haddadi R, Saki S, Kourosh-Arami M, Rashno M, Mojaver A et al. · 2023
- 234 **The Effect of CoQ10 supplementation on ART treatment and oocyte quality in older women**
Brown AM, McCarthy HE · 2023
- 235 **Beneficial antioxidant effects of Coenzyme Q10 on reproduction**
Hornos Carneiro MF, Colaiácovo MP · 2023

- 236** The physiological insight of Coenzyme-Q10 administration in preventing the incidence of reperfusion arrhythmia among patients undergoing coronary artery bypass grafting surgery
Wardhani LFK, Dewi IP, Putra KNS, Andrianto A, Soemantri D · 2022
- 237** Nutrients to Improve Mitochondrial Function to Reduce Brain Energy Deficit and Oxidative Stress in Migraine
Fila M, Chojnacki C, Chojnacki J, Blasiak J · 2021
- 238** Amyotrophic Lateral Sclerosis: A Diet Review
D'Antona S, Caramenti M, Porro D, Castiglioni I, Cava C · 2021
- 239** Impact of coenzyme Q10 on inflammatory biomarkers and its role in future therapeutic strategies
Abiri B, Vafa M · 2021
- 240** A nutraceutical approach (Armolipid Plus) to reduce total and LDL cholesterol in individuals with mild to moderate dyslipidemia: Review of the clinical evidence
Barrios V, Escobar C, Cicero AF, Burke D, Fasching P, Banach M et al. · 2017
- 241** Antioxidant therapy in idiopathic oligoasthenoteratozoospermia
Majzoub A, Agarwal A · 2017
- 242** Alpha-synuclein, epigenetics, mitochondria, metabolism, calcium traffic, & circadian dysfunction in Parkinson's disease. An integrated strategy for management
Phillipson OT · 2017
- 243** Male infertility: lifestyle factors and holistic, complementary, and alternative therapies
Yao DF, Mills JN · 2016
- 244** The mitochondrial cocktail: rationale for combined nutraceutical therapy in mitochondrial cytopathies
Tarnopolsky MA · 2008

International Health Research

Forschung, eingeordnet. Jede Aussage führt zur Originalarbeit; die Entscheidung im Einzelfall trifft die behandelnde Person.
ih-research.com/wissen/coenzym-q10/ · Stand 2026-10-15