



Magnesium 300

Für einen ausgeglichenen Magnesiumhaushalt

Magnesium zählt zu den lebenswichtigen Mineralstoffen, die dem Körper zugeführt werden müssen, da er es nicht selbst herstellen kann. Das Mineral ist für viele Prozesse im Körper existenziell, beispielsweise für den Energiestoffwechsel, für vitale Muskelfunktionen sowie innerhalb der Muskeln und Nerven. Zudem können Faktoren wie eine zu geringe Flüssigkeitszufuhr oder starkes Schwitzen bei sportlicher Betätigung zu einem erhöhten Magnesiumbedarf führen. Steht dem Körper zu wenig Magnesium zur Verfügung, werden die Membranen durchlässiger für Natrium, Kalium und Calcium, wodurch die Erregbarkeit der Nervenzellen steigt und damit auch die Neigung zu Muskelkrämpfen. Durch Magnesium wird diese Erregbarkeit gesenkt, indem es die Zellmembranen stabilisiert und damit zu einer normalen Muskelfunktion beiträgt.

Je nach Ernährungsweise ist es nicht einfach, den Körper ausreichend mit Magnesium zu versorgen – der tägliche Bedarf liegt für Erwachsene bei ca. 300-400 mg, bei schwangeren und stillenden Frauen ist er nochmals höher.

- 300 mg reines Magnesium pro Tablette
- Trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei
- Trägt zum Erhalt gesunder Knochen bei



Nährstoffe pro Tagesverzehrmenge (1 Tablette)	Menge	%NRV*
Magnesium	300 mg	80 %

* Prozent der Nährstoffbezugswerte (NRV) laut Verordnung (EU) NR. 1169/2011

Zutaten:

Magnesiumoxid, Füllstoffe: Maisstärke, Dextrin, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Füllstoff und Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Überzugsmittel: Calciumcarbonat, Silikat (E554), Glycerin

Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium

Verzehrempfehlung:

1 Tablette täglich. Zwischen den Mahlzeiten.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Inhalt		PZN
150 Tabletten	124 g	12539939

Die Dose nach Gebrauch gut verschlossen halten. Kühl, nicht über 25 Grad und trocken lagern.

Herstellungsland: Nicht-EU

Produktinformation / Magnesium 300
PZN 12539939



Magnesium 300

Zulässige gesundheitsbezogene Angaben:

Magnesium trägt bei zu

- einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- dem Elektrolytgleichgewicht
- einem normalen Energiestoffwechsel
- einer normalen Funktion des Nervensystems
- einer normalen Muskelfunktion
- einer normalen Eiweißsynthese
- einer normalen psychischen Funktion
- der Erhaltung normaler Knochen
- der Erhaltung normaler Zähne

Magnesium hat

- eine Funktion bei der Zellteilung