F-MAG B6 ZAWIERA MAGNEZ (CYTRYNIAN) ORAZ WITAMINĘ B6. 60 PORCJI. FORMEDS

CENA: 19,99 PLN

CZAS WYSYŁKI: 3 DNI

PRODUCENT: FORMEDS

NUMER KATALOGOWY: D927-906B5

OPIS PRZEDMIOTU

F-MAG B6

ILOŚĆ PORCJI: 60

SUPLEMENT DIETY F-MAG B6 ZAWIERA MAGNEZ (CYTRYNIAN) ORAZ WITAMINĘ B6 W FORMIE PROSZKU.

CYTRYNIAN MAGNEZU

BARDZO DOBRZE PRZYSWAJANA FORMA MAGNEZU

WITAMINA B6

WSPOMAGA DZIAŁANIE MAGNEZU

INNOWACYJNA FORMA PROSZKU

BRAK WYPEŁNIACZY, BARWNIKÓW I KONSERWANTÓW

DZIAŁANIE

MAGNEZ WSPOMAGA DZIAŁANIE UKŁADU MIĘŚNIOWEGO ORAZ NERWOWEGO. MAGNEZ I WITAMINA B6 PRZYCZYNIAJĄ SIĘ DO UTRZYMANIA PRAWIDŁOWEGO METABOLIZMU ENERGETYCZNEGO ORAZ DO ZMNIEJSZENIA UCZUCIA ZMĘCZENIA I ZNUŻENIA.

SKŁAD PRODUKTU

PORCJA DZIENNA 0,6 G ZAWIERA (REFERENCYJNA WARTOŚĆ SPOŻYCIA %):

- CYTRYNIAN MAGNEZU- 600 MG,
- W TYM: MAGNEZ- 97 MG (26 %),
- WITAMINA B6- 0,7 MG (50 %).

SKŁADNIKI: MAGNEZ (CYTRYNIAN MAGNEZU), WITAMINA B6 (CHLOROWODOREK PIRYDOKSYNY).
ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA NETTO: 36 G.
ILOŚĆ PORCJI W OPAKOWANIU: 60.

SPOSÓB UŻYCIA

1. WSYPAĆ 1 PORCJĘ (1 PŁASKA MIARKA) DO SUCHEGO NACZYNIA.
2. DODAĆ 200 ML WODY LUB INNEGO NAPOJU
I WYMIESZAĆ.
UWAGA- NALEŻY ZACHOWAĆ KOLEJNOŚĆ PRZYGOTOWANIA, ABY DOKŁADNIE ROZPUŚCIĆ PROSZEK. SPOŻYĆ 1 RAZ DZIENNIE W TRAKCIE POSIŁKU. PRZED SPOŻYCIEM ENERGICZNIE WSTRZĄSNĄĆ POJEMNIK.

ŚRODKI OSTROŻNOŚCI

NIE NALEŻY PRZEKRACZAĆ ZALECANEJ DZIENNEJ PORCJI DO SPOŻYCIA W CIĄGU DNIA. PRODUKT NIE MOŻE BYĆ STOSOWANY PRZEZ KOBIETY W CIĄŻY, KARMIĄCE I DZIECI BEZ KONSULTACJI LEKARSKIEJ. PRODUKT NIE MOŻE BYĆ STOSOWANY JAKO SUBSTYTUT ZRÓŻNICOWANEJ DIETY. NIE STOSOWAĆ W PRZYPADKU UCZULENIA NA KTÓRYKOLWIEK ZE SKŁADNIKÓW. ZALECAMY ZRÓWNOWAŻONY SPOSÓB ŻYWIENIA I ZDROWY TRYB ŻYCIA.

MAGNEZ ZALICZANY JEST DO MAKROELEMENTÓW, CZYLI DO SKŁADNIKÓW, KTÓRE STANOWIĄ NIE MNIEJ NIŻ 0,01 PROC. MASY CIAŁA. W ORGANIZMIE PIERWIASTEK TEN SPEŁNIA SZEREG ZADAŃ. NAJLEPSZĄ FORMĄ MAGNEZU JEŚLI CHODZI O SUPLEMENTACJĘ JEST CYTRYNIAN. JEST ON ZNACZNIE LEPIEJ PRZYSWAJANE OD TLENKÓW CZY SIARCZANÓW. ŹRÓDŁEM MAGNEZU SĄ: ORZECHY, KASZA GRYCZANA, PRODUKTY Z PEŁNEGO ZIARNA PSZENICY, PROSO, ŻYTO, RYŻ BRĄZOWY, SOJA, AVOCADO, KUKURYDZA CUKROWA, SUSZONE FIGI, DAKTYLE, KREWETKI.

FUNKCJE MAGNEZU:
JEDNĄ Z WŁAŚCIWOŚCI MAGNEZU W UKŁADZIE SZKIELETOWYM JEST FAKT, ŻE POMAGA ON REGULOWAĆ POZIOM WAPNIA W KOŚCIACH I ZĘBACH. MAGNEZ MOŻE ZWIĘKSZAĆ AKTYWNOŚĆ WITAMINY D, KTÓRA MIĘDZY INNYMI UŁATWIA WCHŁANIANIE WAPNIA. MAGNEZ JEST POTRZEBNY DO ROZKURCZANIA MIĘŚNI, NATOMIAST WAPŃ UŁATWIA SKURCZE. MAGNEZ RÓWNIEŻ WPŁYWA NA FUNKCJONOWANIE MIĘŚNI POPRZEZ ODDZIAŁYWANIE NA NEUROPRZEKAŹNIKI W UKŁADZIE NERWOWYM. MAGNEZ JEST SZCZEGÓLNIE ISTOTNY W PRODUKCJI ENERGII, CO ZA TYM IDZIE NIEDOBÓR MAGNEZU CZĘSTO TOWARZYSZY OGÓLNEMU ZMĘCZENIU I ZABURZENIOM ZWIĄZANYM ZE ZMĘCZENIEM. MAGNEZ JEST RÓWNIEŻ BARDZO WAŻNY W METABOLIZMIE WĘGLOWODANÓW ORAZ JEST POTRZEBNY DO SYNTEZY I WYDZIELANIA HORMONU INSULINY, KTÓRY UŁATWIA METABOLIZM KOMÓRKOWY GLUKOZY WE KRWI. BADANIA POTWIERDZAJĄ, ŻE NIEDOBÓR MAGNEZU MOŻE POWAŻNIE ZABURZYĆ RÓWNOWAGĘ HORMONALNĄ KOBIET I NIEWĄTPLIWIE, W WIELU PRZYPADKACH, WPŁYWA NA WYSTĄPIENIE ZESPOŁU NAPIĘCIA PRZEDMIESIĄCZKOWEGO. (3) W CZASIE CIĄŻY I KARMIENIA PIERSIĄ ZAPOTRZEBOWANIE NA MAGNEZ WZRASTA DWUKROTNIE. WYNIKA TO Z POTRZEB ROSNĄCEGO PŁODU, ŁOŻYSKA ORAZ ZE WZROSTU MASY CIAŁA KOBIETY CIĘŻARNEJ. POPRZEZ ROZKURCZANIE MIĘŚNI GŁADKICH TĘTNIC MAGNEZ UŁATWIA ROZSZERZANIE TĘTNIC, POZWALAJĄC ZWIĘKSZYĆ PRZEPŁYW KRWI I ZMNIEJSZYĆ CIŚNIENIE WYWIERANE NA ŚCIANKI TĘTNIC. MAGNEZ WSPÓŁPRACUJE Z WAPNIEM, ABY ZAPEWNIĆ WŁAŚCIWE PRZEWODZENIE IMPULSÓW NERWOWYCH, CZĘŚCIOWO POPRZEZ WPŁYW NA NEUROPRZEKAŹNIKI.

MAGNEZ:
- PRZYCZYNIA SIĘ DO ZMNIEJSZENIA UCZUCIA ZMĘCZENIA I ZNUŻENIA,
- POMAGA W UTRZYMANIU RÓWNOWAGI ELEKTROLITOWEJ,
- PRZYCZYNIA SIĘ DO UTRZYMANIA PRAWIDŁOWEGO METABOLIZMU ENERGETYCZNEGO,
- POMAGA W PRAWIDŁOWYM FUNKCJONOWANIU UKŁADU NERWOWEGO,
- POMAGA W PRAWIDŁOWYM FUNKCJONOWANIU MIĘŚNI,
- POMAGA W PRAWIDŁOWEJ SYNTEZIE BIAŁKA,
- POMAGA W UTRZYMANIU PRAWIDŁOWYCH FUNKCJI PSYCHOLOGICZNYCH,
- POMAGA W UTRZYMANIU ZDROWYCH KOŚCI,
- POMAGA W UTRZYMANIU ZDROWYCH ZĘBÓW,
- ODGRYWA ROLĘ W PROCESIE PODZIAŁU KOMÓREK.

WSKAZANIA DO SUPLEMENTACJI MAGNEZU:
- PRZY ZABURZONYM FUNKCJONOWANIU UKŁADU KRĄŻENIA, NP. WYSOKIE CIŚNIENIE KRWI, CHOROBA WIEŃCOWA, ARYTMIA SERCA, NIEWYDOLNOŚĆ SERCA, ZAWAŁ MIĘŚNIA SERCOWEGO ETC.
- PRZY MIGRENOWYCH BÓLACH GŁOWY,
- PRZY OSTEOPOROZIE W POŁĄCZENIU Z WAPNIEM,
- PRZY UPOŚLEDZONYM DZIAŁANIU UKŁADU MIĘŚNIOWEGO NP. SZTYWNOŚĆ MIĘŚNI, SKURCZE, DRGANIA, DRŻENIE,
- ZESPÓŁ NAPIĘCIA PRZEDMIESIĄCZKOWEGO, SKURCZE I BÓLE MIESIĄCZKOWE,
- SKURCZE W ASTMIE/OSKRZELOWE,
- KAMIENIE NERKOWE,
- ZMĘCZENIE, ZESPÓŁ PRZEWLEKŁEGO ZMĘCZENIA, SŁABA TOLERANCJA NA STRES,

NIEPOKÓJ

ŹRÓDŁA:

1) BRZOZOWSKA A. RED.: SKŁADNIKI MINERALNE W ŻYWIENIU CZŁOWIEKA, WYDAWNICTWO AR W POZNANIU 2002;
2) GAWĘCKI J., HRYNIEWIECKI L. RED.: ŻYWIENIE CZŁOWIEKA. PODSTAWY NAUKI O ŻYWIENIU. PWN, 2008;
3) WILSON K., BRAKOULIAS V. MAGNESIUM INTAKE AND DEPRESSION „AUST N Z J PSYCHIATRY" 2009;
4) SIENER, ROSWITHA, JAHNEN, ANDREA, HESSE, ALBRECHT. BIOAVAILABILITY OF MAGNESIUM FROM DIFFERENT PHARMACEUTICAL FORMULATIONS. „UROL RES", 2011;
5) IOTTI S., MALUCELLI E. IN VIVO ASSESSMENT OF MG2+ IN HUMAN BRAIN AND SKELETAL MUSCLE BY 31P-MRS. „MAGNES RES" 2008.