



## Magnesium-Mix

Für diese Funktionen braucht unser Körper Magnesium:

- Herz-Kreislauf-System
- Muskel- und Nervenfunktionen
- Aufbau von Knochen und Zähnen
- Verbrennen von Kohlenhydraten und Fetten
- Aufbau von Eiweiß und der Erbinformation (DNA)
- Verarbeitung von Stress

Im menschlichen Organismus spielt Magnesium eine wichtige physiologische Rolle. Der Gesamtkörperbestand eines gesunden Erwachsenen beträgt 20 - 30 g Magnesium. 95% des Magnesiums befindet sich im Intrazellularraum, davon sind etwa 60 % im Knochengewebe und 35 % hauptsächlich in der Skelett- und Herz-muskulatur und in der Leber enthalten.

Ein typisches Symptom eines Magnesium Mangels ist eine neuromuskuläre Übererregbarkeit. Weniger spezifische Zeichen sind Tremor (Muskelzittern), Verwirrtheit, Übelkeit und Erbrechen.

Es ist ein natürliches Beruhigungsmittel in seiner Funktion die Skelettmuskeln zu lockern, Muskeln der Blutgefäße und des Gastrointestinaltraktes zu beruhigen.

Magnesium ist unabdingbar für die Aktivierung von Enzymen, welche wichtig für den Protein- und Kohlenhydrat- Stoffwechsel sind, und wird für die DNA-Produktion und DNA-Funktionen benötigt.

Selbst herstellen kann unser Körper das wichtige Mineral nicht. Er muss es von außen über die Nahrung aufnehmen. Deshalb zählt Magnesium wie viele andere Mineralstoffe zu den essenziellen Nährstoffen. Das vorgestellte Präparat sollte bei Magnesium-Mangel, neuromuskulären Beschwerden sowie bei Stress aller Art eingesetzt werden.

**Magnesium gehört es zu den essentiellen Stoffen und ist daher unentbehrlich. Um einen Mangel vorzubeugen, muss Magnesium in ausreichender Menge zugeführt werden.**

Inhaltsstoffe pro 4 Kapseln:	
Magnesium	454 mg

Packungseinheit: 60 Kapseln. Zutaten: Magnesiumcitrat, Magnesiumoxid, Magnesiumcarbonat, Füllstoff Cellulose, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle)