mycare.de
ONLINE-APOTHEKE

Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare. Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen rund um das Produkt - per E-Mail: service@mycare.de oder per Telefon: 0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: www.mycare.de

Zum Produkt »

Biolectra® MAGNESIUM

300 mg

Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel mit 300 mg Magnesium pro Kapsel.

Magnesium spielt eine wichtige Schlüsselrolle im Organismus

Ob für Muskulatur, Nerven, Knochen, seelisches Wohlbefinden – Magnesium ist einer der wichtigsten Mineralstoffe im menschlichen Körper. Wie eine Art Zündkerze aktiviert er über 300 körpereigene Enzyme und ist damit für zahlreiche lebenswichtige Stoffwechselvorgänge verantwortlich.

Magnesium trägt unter anderem bei:

- zu einer normalen Muskelfunktion
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche
- zur Reduktion von Müdigkeit und Erschöpfung
- zum Erhalt gesunder Knochen und Zähne
- zu einem normalen Energiestoffwechsel
- zu einem ausgeglichenen Elektrolythaushalt

Wie viel Magnesium brauchen Sie täglich?

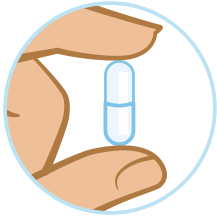
Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlene, tägliche Magnesiumzufuhr für Erwachsene ab 25 Jahre beträgt je nach Geschlecht 300 bzw. 350 Milligramm.[1]

Jugendliche, junge Erwachsene und Stillende haben einen höheren Magnesiumbedarf.
Auch bei sportlich aktiven Menschen oder Personen, die mental stark beansprucht sind oder körperlich schwere Tätigkeiten haben, kann eine erhöhte Magnesiumzufuhr notwendig sein.

Kann der individuelle Tagesbedarf an Magnesium über eine ansonsten ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung nicht ausreichend gedeckt werden, so ist es in bestimmten Lebenssituationen sinnvoll, die Ernährung durch ein Magnesiumprodukt zu ergänzen.

Die tägliche Magnesium-Versorgung in einer Kapsel

Bereits eine einzige Biolectra Magnesium 300 mg Kapsel genügt, um die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlene Tagesdosis von 300 mg* Magnesium aufzunehmen. Bequemer und einfacher geht es kaum.



Biolectra Magnesium 300 mg Kapseln enthalten eine sehr kompakte Magnesiumverbindung mit einem hohen Gehalt an Magnesium. Der Vorteil: Obwohl die Kapseln klein und leicht zu schlucken sind, passt besonders viel Magnesium hinein.

* Von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlene Magnesiumzufuhr für Frauen ab 25 Jahre

HERMES ARZNEIMITTEL

Magnesiumzufuhr	Milligramm/Tag	
	m	w
Kinder		
1 bis unter 4 Jahre	80	
4 bis unter 7 Jahre	120	
7 bis unter 10 Jahre	170	
10 bis unter 13 Jahre	230	250
13 bis unter 15 Jahre	310	
Jugendliche und Erwachsene		
15 bis unter 19 Jahre	400	350
19 bis unter 25 Jahre	400	310
25 bis 65 Jahre und älter	350	300
Schwangere		
unter 19 Jahre		350
über 19 Jahre		310
Stillende		390

[1] Die von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) empfohlene Zufuhr von Magnesium in: D-A-CH „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“, 2. Auflage, 6. aktualisierte Ausgabe 2020

(m = männlich/w = weiblich)

Verzehrsempfehlung:

1x täglich 1 Kapsel mit reichlich Flüssigkeit schlucken.

Wichtige Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Bitte außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren und bei Raumtemperatur trocken lagern.

Bei Einnahme dieses Nahrungsergänzungsmittels sind auch andere Zufuhrquellen desselben Mineralstoffes zu berücksichtigen.

Nährwert-angaben	pro Kapsel	% der Referenzmenge*
Magnesium	300 mg	80 %

* gemäß Lebensmittelinformationsverordnung

Zutaten:

Magnesiumoxid, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Stärke, Trennmittel (Polyethylenglycol).

Packungsgrößen:

20 Kapseln
40 Kapseln
100 Kapseln

VEGANE REZEPTUR

- Zuckerfrei
- Glutenfrei
- Lactosefrei

Biolectra Kunden-Service

Mit Biolectra Magnesium 300 mg Kapseln haben Sie sich für ein hochwertiges Nahrungsergänzungsmittel entschieden.

Biolectra Magnesium 300 mg Kapseln helfen dabei, den individuellen täglichen Magnesiumbedarf zu decken.

Wenn Sie weitere Fragen zum Thema Magnesium haben, so wenden Sie sich an:

HERMES ARZNEIMITTEL GMBH
Georg-Kalb-Straße 5 - 8
82049 Pullach i. Isartal
Tel.: 089 / 79 102 - 0
Fax: 089 / 79 102 - 280

Oder senden Sie uns eine E-Mail an folgende Adresse:

kontakt@hermes-arzneimittel.com

16801B_BZ-01-0
600097710/ 00/00/00/00

HERMES ARZNEIMITTEL