



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](mailto:service@mycare.de) oder per Telefon:  
0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: [www.mycare.de](http://www.mycare.de)

[Zum Produkt »](#)



## Phosetamin® NE

### Phosetamin® NE



#### Phosetamin® NE ...

- ist wichtig für Nerven und Muskeln
- enthält die Elektrolyte Magnesium, Kalium und Calcium in Form von organischen Citratverbindungen
- Magnesium trägt zu einer normalen Elektrolyt-Balance, zu einer gesunden Nervenfunktion und zu einer normalen Muskelfunktion bei
- verwendet Ei-Lecithin und hat den Vorteil, dass es über einen mehr als doppelt so hohen Anteil an Phosphatidyl-Cholin verfügt als Soja-Lecithin und „ohne Gentechnik“ hergestellt wurde
- ist glutenfrei, frei von Gelatine, Fruktose, Laktose und Hefe sowie frei von künstlichen Farbstoffen und laut Gesetz frei von Konservierungsstoffen
- ist in Packungen zu 10, 50, 100 und 200 Kapseln erhältlich.

Das Nervensystem besteht aus mehr als 10 Milliarden Nervenzellen. Die Nervenzellen übermitteln die Befehle an die Muskulatur und leiten umgekehrt die Empfindungen für Berührung, Wärme und Kälte an das Gehirn, ebenso die Sinneseindrücke von Auge, Ohr, Nase und Zunge. Ein besonderer Teil des Nervensystems steuert die Tätigkeit der inneren Organe wie z. B. Herz, Magen und Darm. Die Weiterleitung der Kommandos über die Nervenbahnen geschieht durch elektrische Impulse. Die Natur nutzt dazu die elektrischen Eigenschaften der Elektrolyte. Phosetamin® NE enthält die Elektrolyte Magnesium, Kalium und Calcium in Form von organischen Citratverbindungen.

#### Magnesium wichtig für den Energiestoffwechsel

Magnesium ist ein lebenswichtiges Mineral, welches der menschliche Körper in größeren Mengen benötigt, um lebenswichtige Prozesse auszuführen. Als Bestandteil körpereigener Enzyme unterstützt Magnesium den Energiestoffwechsel des Körpers und ist notwendig für die Muskelfunktion. Zusätzlich trägt Magnesium zu einer normalen Elektrolyt-Balance und zu einer gesunden Nervenfunktion bei. Magnesium ist außerdem für die Konzentration wichtig und hilft dabei Müdigkeit zu reduzieren.

#### Warum benötigt unser Körper Kalium?

Kalium ist ein lebenswichtiges Mineral, das verschiedene wichtige Funktionen erfüllt. Kalium ist für die Übertragung von Nervenimpulsen unerlässlich. Es ist an der Erzeugung und Weiterleitung elektrischer Signale in den Nervenzellen beteiligt, die für

die Kommunikation zwischen den Nervenzellen und die ordnungsgemäße Funktion des Nervensystems von großer Bedeutung sind. Das Mineral ist auch für die normale Muskelkontraktion, einschließlich der Kontraktion von Herzmuskelzellen, bedeutend. Es unterstützt die Steuerung und Regulierung des Herzrhythmus und ist damit gut für unsere Herzgesundheit. Da Kalium auch den Einfluss von Natrium auf die Blutgefäße ausgleicht, kann es dabei helfen, unseren Blutdruck zu regulieren und zu senken.

#### Warum ist Calcium wichtig für uns?

Calcium ist ein Hauptbestandteil unserer Knochen und verantwortlich für die Festigkeit und Stabilität unserer Knochenstruktur. Außerdem spielt es eine entscheidende Rolle bei der Muskelkontraktion, einschließlich der Bewegung der Skelett- und Herzmuskulatur. Auch kann Calcium zu einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen beitragen.

#### Die Besonderheit von Ei-Lecithin

Phosetamin® NE enthält zusätzlich zu den Elektrolyten Ei-Lecithin. Unser Gehirn und Nervensystem bestehen zu über 50 % aus Fett. Eine fettähnliche Substanz, die für die Funktion des Gehirns wichtig ist, ist Lecithin. Lecithin zählt zu den Phospholipiden, die wichtige Bestandteile der Zellmembranen im Gehirn sind und für die reibungslose Weitergabe von Nervenimpulsen sorgen. Zudem ist Lecithin Ausgangssubstanz für wichtige Botenstoffe im Gehirn und Nervensystem.

### ANWENDUNGSEMPFEHLUNG

Soweit von Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Apotheker nicht anders empfohlen, 3 x täglich 2 Tabletten mit genügend Flüssigkeit einnehmen.



#### FOLGENDE ANZEICHEN KÖNNEN AUF EINE BEGINNENDE ERSCHÖPFUNG HINDEUTEN:

- Ich denke auch in der Freizeit oft an die Arbeit.
- Familie, Freunde und Bekannte kommen zu kurz.
- Meine persönlichen Bedürfnisse stehen immer wieder zurück.
- Ich fühle mich oft nervös.
- Ich kann mich schlecht konzentrieren.
- Ich habe Einschlafprobleme, kann abends schlecht abschalten.

Wer diese Anzeichen feststellt, sollte rechtzeitig gegensteuern.



#### RISIKOGRUPPEN FÜR EINEN CHOLINMANGEL

Phosetamin® NE enthält Lecithin. Mit diesem Begriff wird eine Gruppe natürlich vorkommender Substanzen bezeichnet, die sogenannten Phosphatidyl-Choline. Ihre Funktion für den Organismus besteht unter anderem darin, dass sie im Stoffwechsel eine wichtige Ausgangssubstanz für die Produktion von Cholin darstellen und als Quelle für die Synthese des Nervenbotenstoffs Acetylcholin genutzt werden. Eine abwechslungsreiche Ernährung liefert in der Regel ausreichend Cholin. Allerdings haben Vegetarier, die auch auf Milch und Eier verzichten, ein erhöhtes Risiko für Cholinmangel. Bei älteren Menschen ist die Bereitstellung des Botenstoffs Acetylcholin häufig unzureichend.



#### UNTERSCHIEDLICHE STRESSARTEN

Stress kann in zwei Arten unterschieden werden: Sogenannter Eustress ist ein positiv empfundener Stress, der befriedigend empfunden wird. Unter Distress versteht man negativen Stress. Letztgenannter schadet auf Dauer dem Körper und kann Einfluss auf das Immunsystem, aber auch auf Organe wie Herz oder Magen gehen. Zudem kann er zu Schlafstörungen und sogar Depressionen führen.

### HÄUFIGE FRAGEN & ANTWORTEN

#### Was ist in Phosetamin® NE enthalten?

6 Tabletten enthalten:  
Eilecithin 1800,0 mg  
Magnesiumcitrat 561,3 mg  
Kaliumcitrat 833,4 mg  
Calciumcitrat 569,4 mg

#### Wie ist Phosetamin® NE einzunehmen?

Soweit von Ihrem Arzt, Heilpraktiker oder Apotheker nicht anders empfohlen, 3 x täglich 2 Tabletten mit genügend Flüssigkeit einnehmen. Die Tabletten können zu oder nach einer Mahlzeit eingenommen werden.