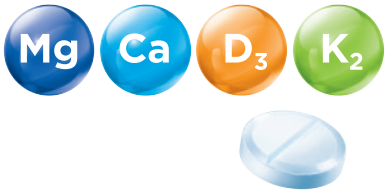
Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare. Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen rund um das Produkt - per E-Mail: service@mycare.de oder per Telefon: 0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: www.mycare.de

Zum Produkt »

Biolectra® MAGNESIUM 250 mg

Muskeln & Knochen Aktiv

Kautabletten mit Tropical-Geschmack

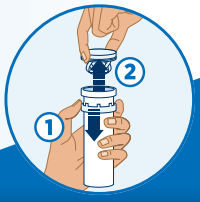


Liebe Kundin, lieber Kunde,

vielen Dank, dass Sie sich für ein Qualitätsprodukt von **Biolectra® MAGNESIUM** entschieden haben!
In **Biolectra® MAGNESIUM** stecken mehrere Jahrzehnte an Erfahrung in der Entwicklung und Herstellung von Magnesiumpräparaten in **Apotheken-Qualität** – produziert in Deutschland und Österreich.

Im Folgenden haben wir Ihnen wichtige Informationen zu Ihrem erworbenen Produkt zusammengestellt, die für Sie von Interesse sein können.

Ihr Biolectra® MAGNESIUM-Team



Erstmaliges Öffnen des Röhrchens:
1) Ring mit dem Daumen nach unten drücken
2) Deckel nach oben ziehen

Aktiv sein und in Bewegung bleiben, das wünschen wir uns alle. Vitale Muskeln und gesunde Knochen sind dafür die Voraussetzung – Biolectra® MAGNESIUM 250 mg Muskeln & Knochen Aktiv kann dazu beitragen:

Der Mineralstoff Magnesium trägt mit Calcium und Vitamin D_3 zu einer normalen Muskelfunktion und der Erhaltung der Knochen bei.
Daran ist auch Vitamin K_2 beteiligt.

Magnesium ist ein essenzieller Mineralstoff, der für Muskeln und Bewegung eine Schlüsselrolle im Organismus spielt.

Magnesium ist einer der wichtigsten Mineralstoffe im menschlichen Körper. Er aktiviert über 300 körpereigene Enzyme und ist damit für zahlreiche lebenswichtige Stoffwechselvorgänge verantwortlich, die auch den Bewegungsapparat betreffen.

Calcium ist wichtig für gesunde Knochen.

Der Mineralstoff ist bekannt für gesunde Knochen: Körpereigenes Calcium ist etwa zu 100 Prozent im Skelett gespeichert und ist bedeutend für die Stabilität der Knochen. Deshalb sollte dem Körper ausreichend Calcium zur Verfügung gestellt werden.

Die Mineralstoffe Magnesium und Calcium:

Da die Mineralstoffe vielfältige Aufgaben haben, ist die regelmäßige und ausreichende Versorgung in Phasen starker körperlicher Belastung oder im Alter besonders wichtig.
Ist der individuelle Tagesbedarf an diesen Mineralien über eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung nicht ausreichend zu decken, kann es sinnvoll sein, Magnesium und Calcium zu ergänzen.

Dabei sollten dem Körper Magnesium und Calcium im ausgewogenen Verhältnis zur Verfügung gestellt werden, da sich eine Unterversorgung mit Magnesium auch auf die Verwertung von Calcium im Organismus auswirken kann. Ein Verhältnis von Calcium zu Magnesium von 2:1, so wie es in **Biolectra® MAGNESIUM 250 mg Muskeln & Knochen Aktiv** enthalten ist, hat sich hier als vorteilhaft erwiesen.

Die Vitamine D_3 und K_2:

Ergänzend zu den Mineralstoffen Magnesium und Calcium enthält **Biolectra® MAGNESIUM 250 mg Muskeln & Knochen Aktiv** die Vitamine D_3 und K_2.
Das „Sonnenvitamin“ Vitamin D_3 unterstützt die normale Muskelfunktion und benötigt Magnesium, damit es seine Aufgaben erfüllen kann. Vitamin D_3 sorgt dafür, dass Calcium aufgenommen und für die Muskeln und Knochen verwertbar gemacht wird. An dieser Stelle setzt auch Vitamin K_2, das „Knochenvitamin“ an.

Biolectra® MAGNESIUM 250 mg Muskeln & Knochen Aktiv enthält vier Nährstoffe für vitale Muskeln und Knochen in einer Dosierung, die eine ausgewogene Lebensweise unterstützt – Für alle, die noch viel vorhaben!

Magnesium trägt unter anderem bei

- zu einer normalen Muskelfunktion
- zur Erhaltung normaler Knochen
- zur Reduktion von Müdigkeit und Ermüdung
- zu einem normalen Energiestoffwechsel
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems

Calcium trägt unter anderem bei

- zu einer normalen Muskelfunktion
- zur Erhaltung normaler Knochen
- zu einer normalen Signalübertragung zwischen den Nervenzellen
- zu einem normalen Energiestoffwechsel

HERMES ARZNEIMITTEL

Vitamin D trägt unter anderem bei

- zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion
- zur Erhaltung normaler Knochen

Vitamin K trägt unter anderem bei

- zur Erhaltung normaler Knochen

Praktische Kautabletten mit tropischem Geschmack

Die Kautabletten werden nach neuestem Technologiestandard und mit viel Know-how gefertigt.
Sie können die Tablette mit angenehm erfrischenden Tropical-Geschmack ganz einfach zerkauen.
Durch die einfache Einnahme, die keine Flüssigkeit benötigt, eignen sich die gluten- und lactosefreien Kautabletten auch für unterwegs.

Schätzwerte für eine angemessene Zufuhr für Erwachsene von Magnesium und Calcium sowie die empfohlene Zufuhr für die Vitamine D und K:

	Magnesium Milligramm/Tag		Calcium Milligramm/Tag	
	m	w	m	w
Erwachsene				
18 Jahre	330	260	1200	
19 bis 65 Jahre und älter	350	300	1000	

Vitamin D	Mikrogramm/Tag	
	m	w
Erwachsene		
18 bis 65 Jahre und älter	20	

Vitamin K	Mikrogramm/Tag	
	m	w
Erwachsene		
18 bis unter 51 Jahre	70	60
51 bis 65 Jahre und älter	80	65

Quelle: DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung): D-A-CH „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“, 2. Auflage, 7. aktualisierte Ausgabe 2021 (m = männlich / w = weiblich)

Bei Einnahme dieses Nahrungsergänzungsmittels sind auch andere Zufuhrquellen derselben Mineralstoffe und Vitamine zu berücksichtigen.

Verzehrsempfehlung:

1 x täglich eine Tablette gut zerkauen und schlucken. Bei Bedarf kann die Tablette vor dem Kauen auch geteilt werden.

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.

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken. Personen, die gerinnungshemmende Medikamente einnehmen, sollten vor dem Verzehr von Vitamin K-haltigen Nahrungsergänzungsmitteln ärztlichen Rat einholen.

Zutaten:

Calciumcarbonat, Süßungsmittel (Xylit), Magnesiumoxid, Magnesiumcitrat, Füllstoffe (Isomalt, Sorbit), Säureregulator (Natriumcitrate), Cholecalciferol (Vitamin D), Menachinon (Vitamin K), Säuerungsmittel (Citronensäure), Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren), Verdickungsmittel (Natrium-Carboxymethylcellulose), pflanzliches Fett (Raps, Palm*, Kokosnuss) ganz gehärtet, Farbstoff (Carotin), natürliches Aroma.

*RSPO-zertifiziert

Nährwertangaben	pro Kautablette	% der Referenzmenge**
Magnesium	250 mg	67 %
Calcium	500 mg	63 %
Vitamin D	20 µg (= 800 I.E.)	400 %
Vitamin K	25 µg	33 %

** gemäß Lebensmittelinformationsverordnung

Packungsgröße:

30 Kautabletten

· Glutenfrei
· Lactosefrei

Biolectra Kunden-Service

Sie interessieren sich für weitere Produkte von Biolectra® MAGNESIUM oder wünschen mehr Informationen?

Besuchen Sie uns gerne im Internet unter www.biolectra-magnesium.de

Sie haben noch Fragen zum Thema Mineralstoffe und Vitamine?

Wenden Sie sich gerne an den Biolectra® Kunden-Service:

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

76314B-00-1

HERMES ARZNEIMITTEL