



Magnesium MSE 300 mg von Dr. Franz Enzmann (MSE)

Produktbeschreibung

Wirkung

Nahrungsergänzungsmittel mit 300 mg Magnesium/Kapsel (entsprechend 100 % des empfohlenen Tagesbedarfs lt. Nährwert-Kennzeichnungsverordnung).

Magnesium ist Bestandteil von über 300 Enzymen in unserem Stoffwechsel und damit an vielen Reaktionen in unserem Organismus beteiligt, u. a. bei der Energiegewinnung in den Mitochondrien am Komplex V (Zellkraftwerke), im Stoffwechsel der Muskelzellen (Muskelkontraktion, Zusammenspiel von Muskeln und Nerven) sowie beim Aufbau von Hormonen und Eiweißverbindungen.

Ursachen für erhöhten Magnesiumbedarf

- einseitige unzureichende Ernährung;
- eine fettreiche Ernährung, kann die Magnesiumresorption beeinträchtigen;
- kalorienreduzierte Ernährung;
- Schwangerschaft und Stillzeit;
- Wachstumsphase bei Jugendlichen;
- übermäßige Schweißabsonderung, z.B. durch Leistungssport;
- Diabetes, weil in diesem Fall vermehrt Magnesium über die Nieren ausgeschieden werden kann;
- bei Störungen im Magen-, Darmtrakt (z.B. bei Durchfall), kann die Aufnahme von Magnesium verringert und zugleich dessen Ausscheidung erhöht sein;
- übermäßiger Alkoholgenuß, kann die Resorption von Magnesium hemmen und zugleich dessen Ausscheidung fördern;
- psychischer und physischer Stress;
- die Einnahme bestimmter Arzneimittel (z.B. Abführmittel) kann die Ausscheidung von Magnesium erhöhen;
- mitochondriales bioenergetisches Defizit.

Anwendungsempfehlung

Täglich 1 Kapsel (300 mg) zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Inhaltsstoffe

Magnesiumoxid (81,5 g/100 g), Gelatine, Trennmittel Siliciumdioxid und Magnesiumstearat, Farbstoff Titandioxid.

Frei von Milcheiweiß, Milchzucker, Gluten und Hefe | Für Diabetiker: keine BE-Anrechnung

Verpackungseinheit

60 Kapseln (36,5 g)