

# Magnesium 100 mg GPH Kapseln

Magnesium ist ein essentieller Mineralstoff und für eine Vielzahl von biochemischen Funktionen notwendig. Es kommt ubiquitär vor und macht 2 % der Erdkruste aus. Als wichtiger Aktivator ist es im menschlichen Körper an über 300 Stoffwechselfvorgängen beteiligt. Magnesium ist wichtig für den Aufbau von Zähnen und Knochen, die Leitung von Nervenimpulsen auf die Muskulatur, die Sauerstoffversorgung der Zellen, für das Immunsystem und die Blutgerinnung.

**Magnesium 100 mg GPH Kapseln** enthalten 100 mg Magnesium in Form von Magnesiumoxid und Magnesiumcitrat in einer Hartgelatine kapsel. Magnesium als notwendiger Mineralstoff ist wichtig für das Herz, die Nerven, den Stoffwechsel und in der Schwangerschaft. Sportlern, Menschen im fortgeschrittenen Alter und bei körperlicher Belastung kann Magnesium zur täglichen Nahrungsergänzung empfohlen werden. Der menschliche Magnesiumspiegel unterliegt einer intensiven Kontrolle durch regulierende Transportsysteme. Von den ca. 25 g Magnesium im erwachsenen Menschen sind 55 – 60 % an das Hydrozylapatit des Knochen absorbiert. Etwa 1/3 des in den Knochen gebundenen Magnesiums ist oberflächlich gebunden und damit austauschbar und verfügbar. Es ist ein täglicher Bedarf von 300 bis 500 mg durch Zufuhr mit der Nahrung notwendig (Zufuhrempfehlung der DGE).

## Rohstoffbeschreibung

Magnesium 100 mg GPH Kapseln sind ein Qualitätsprodukt mit hochwertigen Rohstoffen. Insbesondere das organisch gebundene Magnesium in Form von Magnesiumcitrat ist gut resorbier- und bioverfügbar. Bei der Produktion werden keine weiteren Hilfsstoffe wie Farbstoffe und Konservierungsmittel eingesetzt. Die in den Hartgelatine kapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE-geprüfte Pharmagelatine.

## Verzehrempfehlung

Erwachsene 3 x täglich 1 Kapsel mit Flüssigkeit

0117908	Magnesium 100 mg GPH Kapseln	60 St	€	5,95
0118115	Magnesium 100 mg GPH Kapseln	120 St	€	10,90



Vertrieb BRD:

**Hecht - Pharma GmbH**

Fünfhausendorf 1, D-21772 Stinstedt

Telefon: +49-(0)4756-851044 · Telefax: +49-(0)4756-851088

[www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)

[info@hecht-pharma.de](mailto:info@hecht-pharma.de)

02/10