

# Magnez EXTRA



Świat Zdrowia

tabletki musujące o smaku cytrynowym



## 100% dziennego zapotrzebowania na magnez i witaminę B6 w 1 tabletkę

Zawiera substancje słodzące

### Składniki preparatu wpływają korzystnie na:

- utrzymanie równowagi elektrolitowej (magnez)
- utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych (magnez)
- zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia (magnez)
- prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego (magnez)
- utrzymanie zdrowych kości (magnez)
- prawidłowe funkcjonowanie mięśni (magnez)
- prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego i utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych (witamina B6)
- prawidłowe funkcjonowanie układu odpornościowego (witamina B6)
- prawidłową produkcję czerwonych krwinek (witamina B6)

Dodatkowo witamina B6 przyczynia się do regulacji aktywności hormonalnej.

Zalecana do spożycia dzienna porcja preparatu: 1 tabletkę dziennie, rozpuścić w szklance (200 ml) chłodnej wody.

**Składniki:** regulator kwasowości: kwas jabłkowy; sole magnezowe kwasu cytrynowego – cytrynian magnezu (magnez); węglan magnezu (magnez); regulator kwasowości: węglany sodu; aromat cytrynowy; substancja wiążąca: glikol polietylenowy; substancja słodząca: cyklaminiany; aromat limonkowy; substancja słodząca: sacharyny; chlorowodorek pirydoksyny (witamina B6); barwnik: ryboflawiny.

**Ostrzeżenie:** nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Nie stosować w przypadku uczulenia na któryś ze składników preparatu. Ważne jest stosowanie zbilansowanej i zróżnicowanej diety oraz prowadzenie zdrowego trybu życia. Preparat nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety.



1 TABLETKA  
DZIENNIE



O SMAKU  
CYTRYNOWYM



MAGNEZU I WIT. B6  
W 1 TABLETKĘ

## Czy wiesz, że...

Magnez jest pierwiastkiem potrzebnym dla prawidłowego funkcjonowania organizmu człowieka, gdyż pomaga w utrzymaniu równowagi elektrolitowej i wpływa korzystnie na utrzymanie prawidłowego metabolizmu energetycznego. Wspiera też prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego oraz pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu mięśni, w tym mięśnia sercowego, wpływa korzystnie na zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia oraz na utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych.

Niski poziom magnezu w organizmie może występować niezależnie od wieku, płci, trybu życia czy wykonywanej pracy zawodowej. Dlatego obecność tego składnika w codziennej diecie jest bardzo ważna. W zależności od różnych czynników, np. płci i wieku, dzienne zapotrzebowanie na magnez u dorosłego człowieka wynosi między 310 a 420 mg – zgodnie z informacjami zamieszczonymi w publikacji Instytutu Żywności i Żywienia pt. „Normy żywienia dla populacji Polski”, Warszawa 2017. Należy przy tym pamiętać, że tylko około 50% magnezu przyjętego z posiłkami zostaje przyswojone.

Zawartość magnezu w 100 g wybranych produktów:

- kasza gryczana – 220 mg
- migdały – 270 mg
- soja, sucha – 216 mg
- groch, suchy – 124 mg
- pestki dyni – 540 mg
- mak – 450 mg
- nasiona słonecznika – 350 mg

Źródło: Kunachowicz H. i wsp., Tabele składu i wartości odżywczej żywności, Wyd. Lek. PZWL, Warszawa 2005.

### Składnik

Magnez

Witamina B6

### 1 tabletką

375 mg (100% RWS\*)

1,4 mg (100% RWS\*)

\* RWS – Referencyjna Wartość Spożycia

Numer partii, najlepiej spożyć przed końcem – na spodzie opakowania.

**Przechowywanie:** w temperaturze dodatniej poniżej 25°C, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed światłem i wilgocią.

**Zawartość:** 20 tabletek musujących.

**Producent:** Synoptis Pharma Sp. z o.o.  
ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa  
[www.synoptispharma.pl](http://www.synoptispharma.pl)

## Poznaj inne produkty marki Świat Zdrowia



Calcium  
z wit. C



Multiwitamina  
Energia