



CHEMICALS AND  
PHARMACEUTICALS  
FREIBURG

VITAMINE & MINERALIEN

# Calcium & Magnesium

## Was sind Calcium und Magnesium?

Calcium ist das stärkste im Körper (in Knochen und Zähnen) enthaltene Mineral. Da Calcium nicht vom Körper selbst produziert werden kann, muss gewährleistet werden, dass es über die Nahrung aufgenommen oder durch Nahrungsergänzung supplementiert wird. Gerade bei Jugendlichen in der Wachstumsphase, bei Sportlern, bei Frauen in der Schwangerschaft und Stillzeit und nach der Menopause besteht ein erhöhter Calciumbedarf.

Magnesium erfüllt zahlreiche Funktionen im menschlichen Körper. Es gewährleistet die Übertragung von Nervenimpulsen an den Muskel, die Freisetzung von Adrenalin und die Versorgung der Knochen mit Mineralien. Magnesium ist auch verantwortlich für die Aktivierung von über 300 Enzymen im Stoffwechsel. Magnesiumeinnahme kann Thrombosen vorbeugen, da es ein Hemmstoff für Blutgerinnsel ist.

Circa 60% des im Körper vorhandenen Magnesiums ist an Knochen gebunden, der Rest an verschiedene Organe und an Gewebe; nur ungefähr 1% der Gesamtmenge ist im Blut gelöst.





CHEMICALS AND  
PHARMACEUTICALS  
FREIBURG

VITAMINE & MINERALIEN

# Calcium & Magnesium

## Eigenschaften von Calcium

- \_ Normalisiert die Funktion der Verdauungsenzyme
- \_ Normalisiert die Blutgerinnung
- \_ Normalisiert den Energiestoffwechsel
- \_ Vegan

## Eigenschaften von Magnesium

- \_ Reduziert Ermüdung
- \_ Normalisiert die Funktion des Nervensystems
- \_ Normalisiert Muskelfunktionen
- \_ Normalisiert Mentale Funktionen
- \_ Erhält Knochen- und Zahngesundheit
- \_ Vegan

## Zutaten

Calciumcarbonat, Magnesiumoxid, Füllstoff: (Mikrokristalline Cellulose E460), Trennmittel: (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren E572).

## Inhalt

90 Tabletten

(à 1,65g = 148,5g) e

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

## Zusammensetzung

Zusammensetzung (Aktive Inhaltsstoffe)	Pro 1 Tablette	Pro 2 Tabletten (Tagesdosis)	RDA%*
Magnesium	200 mg	400 mg	100 %
Calcium	400 mg	800 mg	104 %

\*RDA: Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis nach Anlage 13 der Verordnung VO (EU) 1169/2011 (LMIV).

## Verzehrempfehlung

1 Tablette mit ausreichend Flüssigkeit 1–2 Mal täglich.

Empfohlene Verzehrmenge nicht überschreiten.

## Aufbewahrung

- \_ Kühl und trocken lagern.
- \_ Vor Sonnenlicht schützen.
- \_ Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.
- \_ Dieses Produkt ist ein diätisches Nahrungsergänzungsmittel und nicht für medizinischen Gebrauch vorgesehen.
- \_ Dieses Produkt ist kein Medizinprodukt und nicht geeignet, um Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln, zu heilen oder diesen vorzubeugen.