

MAGNECAPS® RELAX

DE ROL VAN MAGNESIUM:

Magnesium is een mineraal dat van het grootste belang is voor onze gezondheid.

Magnesium speelt een essentiële rol in meer dan 300 enzymreacties in ons lichaam, met name bij diverse reacties waarbij energierijke fosfaatverbindingen betrokken zijn (magnesium draagt bij tot een normaal energetisch metabolisme). Voorts is magnesium onontbeerlijk voor de eiwitsynthese, voor de overdracht van prikkels tussen de cellen (draagt bij tot de normale werking van het zenuwstelsel) en voor onze botontwikkeling.

Er bestaan verschillende magnesiumzouten, waarvan de biologische beschikbaarheid en tolerantie in het maag-darmstelsel kunnen variëren. Het is bewezen dat magnesiumglycerofosfaat de beste resultaten geeft op het vlak van gastro-intestinale resorptie en tolerantie.

Magnesium wordt hoofdzakelijk via onze voeding aangevoerd. Volgende voedingsmiddelen zijn rijk aan magnesium: volkorenproducten, noten, groene groenten, mineraalwater rijk aan magnesium, gedroogde vruchten, bananen en chocolade.

Onze hedendaagse voedingsgewoonten kunnen echter gemakkelijk leiden tot een ontoereikende magnesiumopname. Bovendien zijn er een aantal specifieke omstandigheden, zoals sport, oververmoeidheid, tijdelijke stresstoestanden, alcoholmisbruik, groeifase, zwangerschap, enz. waarbij een verhoogde dagelijkse inname van magnesium aanbevolen is.

DE ROL VAN VITAMINEN B:

De vitamines uit het B-complex spelen een belangrijke rol in de energiebevoorrading van ons lichaam en sommige van deze vitamines (B6, B9 en B12) helpen de weerstand te versterken.

Vitamine B1 is noodzakelijk voor de omzetting van koolhydraten in energie, en draagt bij tot een normaal energieleverend metabolisme en een normale psychologische functie.

Vitamine B2 ondersteunt de omzetting van koolhydraten, vetten en eiwitten in energie, en draagt bij tot de instandhouding van een normale huid.

Vitamine B6 ondersteunt de weerstand. Daarenboven speelt Vitamine B6 een belangrijke rol bij de natuurlijke synthese van taurine.

Vitaminen B9 draagt bij tot de vermindering van vermoeidheid en helpt bij een normale psychologische functie (zoals de weerstand tegen stress). **Vitamine B12** draagt ook bij tot een normaal energieleverend metabolisme.

De vitaminen uit het B-complex zijn vooral terug te vinden in vlees, brood, aardappelen en melkproducten. Doch onze hedendaagse voedingsgewoonten kunnen leiden tot een ontoereikende Vitamine B-opname.

DE ROL VAN TAURINE :

Taurine is een zwavelbevattend organisch zuur.

Taurine wordt door het menselijke lichaam aangemaakt, maar sommige situaties kunnen zich voordoen waarbij de eigen synthese is verminderd.

MAGNECAPS® RELAX WORDT AANBEVOLEN IN VOLGENDE GEVALLEN:

MAGNECAPS® RELAX helpt bij de normale psychologische functie, zoals de weerstand tegen stress dankzij vitamine B9^(*). **MAGNECAPS® RELAX** draagt bij tot vermindering van vermoeidheid dankzij magnesium en vitamines B2, B6 en B12^(**).

MAGNECAPS® RELAX biedt een aanvulling van de magnesiumvoorraad aan en kan helpen om tijdelijke stressverschijnselen en vermoeidheid tegen te gaan en om voor meer vitaliteit te zorgen. **MAGNECAPS® RELAX** is meer bepaald geschikt voor personen met een hoog levensritme (drukke job, druk sociaal leven) dat aanleiding geeft tot een verhoogd magnesiumverbruik en een potentieel verlaagde weerstand.

Een dagelijkse dosis **MAGNECAPS® RELAX** kan dit extra verbruik van magnesium helpen opvangen.

DAGELIJKSE AANBEVOLEN DOSIS :

Twee tabletten per dag, 's morgens, bij voorkeur tijdens de maaltijd.

Orale inname. Niet meer dan 2 tabletten per dag innemen. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden.

VERPAKKING :

14, 56 of 70 tabletten.

VOORZORGSMATREGELEN :

MAGNECAPS® RELAX is een voedingssupplement. Indien u gelijktijdig behandeld wordt met tetracycline (een bepaald soort antibioticum), neemt u **MAGNECAPS® RELAX** minimaal 2 uur vóór of na de inname van tetracycline.

Personen met ernstige nierproblemen dienen vooraf hun geneesheer te raadplegen. Buiten het bereik van kinderen houden. Bij kamertemperatuur bewaren. Tegen vochtigheid en warmte beschermen. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

INGREDIENTEN per 2 tabl. (% Referentie-inname):

Mineralen

Magnesium	45 %	170,0 mg
-----------	------	----------

Taurine		100 mg
----------------	--	--------

Vitaminen

Vitamine B1	200 %	2,2 mg
-------------	-------	--------

Vitamine B2	200 %	2,8 mg
-------------	-------	--------

Vitamine B6	200 %	2,8 mg
-------------	-------	--------

Vitamine B9	200 %	400 µg
-------------	-------	--------

Vitamine B12	120 %	3 µg
--------------	-------	------

Volledige ingrediëntenlijst:

Magnesiumglycerofosfaat; Vulstof: microkristallijne cellulose, siliciumdioxide; Taurine; Gemodificeerd zetmeel; Antiklontermiddelen: magnesiumstearaat, talk; Glansmiddelen: hydroxypropylcellulose, polyvinylalcohol, bijenwas en carnaubawas; Kleurend voedingsmiddel: saffloer; Kleurstoffen: titaandioxide, riboflavine, briljantblauw; Bevochtigingsmiddel: polyethyleenglycol; Pyridoxine hydrochloride; Riboflavine; Thiamine hydrochloride; Foliumzuur; Cyanocobalamine.

MAGNECAPS® RELAX is een voedingssupplement dat verkocht wordt in de apotheek.

VERDELER :

TAKEDA BELGIUM – L. Da Vincilaan 7 – 1930 Zaventem