

magnesium-Loges® vario 100 mg

Nahrungsergänzungsmittel • Verbraucherinformation

Bitte lesen Sie diese Information aufmerksam durch, da sie wichtige Angaben darüber enthält, was bei der Anwendung dieses Nahrungsergänzungsmittels zu beachten ist. Wenden Sie sich bei Fragen an die Firma Dr. Loges + Co. GmbH, Postfach 1262, 21412 Winsen (Luhe), Tel. 04171 707-0 oder schreiben Sie eine E-Mail an info@loges.de. Vertrieb in Österreich: Dr. Loges Österreich GmbH, Mayrwiesstraße 25, 5300 Hallwang bei Salzburg, www.loges.at.

magnesium-Loges® vario 100 mg – Nahrungsergänzungsmittel mit 100 mg Magnesium pro Kapsel für eine bedarfsgerechte Verwendung. Mit drei organischen Magnesiumverbindungen

Inhaltsstoffe	Pro 1 Kapsel / Pro 4 Kapseln	% NRV*
Magnesium	100 mg / 400 mg	27 / 107
davon aus		
Magnesiummalat	60 mg / 240 mg	
Magnesiumbisglycinat	29 mg / 116 mg	
Magnesiumtaurat	11 mg / 44 mg	

*Nutrient Reference Values (Referenzmenge nach LMIV)

Zutaten

Magnesiummalat, Magnesiumbisglycinat, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose; Magnesiumtaurat, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren



vegan



lactosefrei



glutenfrei



zuckerfrei



farbstofffrei



auch für Schwangere



auch für Stillende



entwickelt in Deutschland

Gesamtgewicht pro Kapsel: 929 mg

Hinweis für Diabetiker:

1 Kapsel magnesium-Loges® vario 100 mg enthält < 0,5 g Kohlenhydrate. Damit ist das Präparat für Diabetiker geeignet.

Verzehrempfehlung

Täglich bis zu 4 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit schlucken, vorzugsweise dem individuellen Bedarf entsprechend über den Tag verteilt.

Wichtige Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Magnesiumpräparate können bei empfindlichen Personen abführend wirken. Der Verzehr sollte daher über den Tag verteilt erfolgen.

Die Aufnahme von Eisen kann durch Magnesium gestört werden. Sollte gleichzeitig ein Eisenpräparat verwendet werden, ist ein zeitlicher Abstand von 2 bis 3 Stunden empfehlenswert.

Magnesium kann die Wirkung einiger Arzneimittel beeinflussen. Wenn Sie Arzneimittel einnehmen, sprechen Sie dazu bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

Packungsgrößen

magnesium-Loges® vario 100 mg ist in Packungen mit 60 und 120 Kapseln in der Apotheke erhältlich.

magnesium-Loges® vario 100 mg steht auf der Kölner Liste®. Die Kölner Liste® führt Nahrungsergänzungsmittel mit minimiertem Dopingrisiko, die von einem in der NEM-Analytik auf Dopingsubstanzen weltweit führenden Labor auf anabole Steroide und Stimulantien getestet wurden (mehr Informationen finden Sie unter: www.koelnerliste.com).



magnesium-Loges® vario 100 mg

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,
wir freuen uns, dass Sie sich für magnesium-Loges® vario 100 mg entschieden haben.

Nachfolgend möchten wir Ihnen gern einige allgemeine, produktspezifische Informationen zu Magnesium geben.

Magnesium – Ein Multitalent

Magnesium ist ein für den menschlichen Organismus unverzichtbarer Mineralstoff, der im Körper an über 300 enzymatischen Reaktionen beteiligt ist und zur Aufrechterhaltung biochemischer Stoffwechselprozesse beiträgt:

- Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- Magnesium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- Magnesium trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei
- Magnesium trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei
- Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei
- Magnesium trägt zur Erhaltung normaler Zähne bei
- Magnesium hat eine Funktion bei der Zellteilung

Durch besondere Lebensumstände kann ein erhöhter Bedarf an Magnesium entstehen, dazu gehören:

- Sportliche Betätigung
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Bestimmte Lebensphasen (Wachstum, Alter)
- Ungesunde Lebensweise (z. B. Alkohol, Rauchen, einseitige Ernährungsgewohnheiten)
- Vermehrter Stress
- Chronische Erkrankungen (z. B. Diabetes mellitus)
- Die Einnahme von Vitamin D

Was ist das Besondere an magnesium-Loges® vario 100 mg?

magnesium-Loges® vario 100 mg enthält eine Kombination aus den organischen Magnesiumsalzen Magnesiummalat, Magnesiumbisglycinat und Magnesiumtaurat.

Eine weitere Besonderheit ist die variable Dosierbarkeit von magnesium-Loges® vario 100 mg. Es empfiehlt sich, Magnesium in kleinen Portionen über den Tag verteilt aufzunehmen, da der Organismus den Mineralstoff so besser aufnehmen kann. Zudem sind mehrere kleinere Mengen besser verträglich.

Eine Kapsel magnesium-Loges® vario 100 mg liefert 100 mg Magnesium, die maximale Tagesdosis (4 Kapseln) liegt bei 400 mg Magnesium. Damit kann magnesium-Loges® vario 100 mg dem individuellen Bedarf entsprechend flexibel über den Tag verteilt verwendet werden.

Wir wünschen Ihnen gute Gesundheit!
Ihre Dr. Loges + Co. GmbH