

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ биологически активная добавка к пище



«Магний АП»

СГР № RU.77.99.11.003.R.002775.09.20 от 02.09.2020

Форма выпуска: таблетки массой 550 мг

Состав: магния цитрат, целлюлоза микрокристаллическая – агент антислеживающий, диоксид кремния – агент антислеживающий, магниевая соль стеариновой кислоты – агент антислеживающий.

Пищевая ценность суточной дозы – 4 таблетки: магний – 300 мг (75% от рекомендуемого уровня суточного потребления).

В современном мире недостаток магния в организме является одним из наиболее распространенных дефицитных состояний человека – почти у 40% населения крупных городов отмечается гипомагнемия.

Магниевый дефицит может возникнуть под влиянием различных факторов: условия жизни и питания человека, возраст, физическая активность, физиологические (*беременность и лактация*) и патологические состояния (*заболевания сердечно-сосудистой, мочевыделительной систем, органов пищеварения, эндокринных желез*), хронический алкоголизм, прием некоторых лекарственных средств (*диуретиков, антибиотики и др.*)

Биодобавка «Магний АП» от компании «ЛЕКОЛАЙК» создана для качественного восполнения дефицита магния в организме. В состав препарата входит: **цитрат магния** – один из лучших с позиции биодоступности источников магния.

«Магний АП» от компании «ЛЕКОЛАЙК» рекомендован в качестве дополнительного источника магния:

- ▶ для повышения стрессоустойчивости организма;
- ▶ для улучшения функционального состояния органов и систем организма, профилактики преждевременного старения;
- ▶ для устранения дефицита магния, связанного с неполноценной диетой или нарушениями питания.

Рекомендации по применению: взрослым по 2 таблетки 2 раза в день во время еды. Продолжительность приема – 1 месяц. **Противопоказания:** индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом. Не является лекарством.

Хранить в сухом, в защищенном от света и в недоступном для детей месте, при температуре не выше 25 °С. **Срок годности:** 2 года.

Изготовитель: ООО «В-МИН+», 141300, Московская обл., г. Сергиев Посад, Московское шоссе, 68 км, Россия. **Получатель/Организация, уполномоченная принимать претензии от потребителей:** ООО «ЛЕКОЛАЙК», 111024 г. Москва, ул. Авиамоторная д.50 стр.2, эт. 2, пом. XI, ком. 5, Россия, тел.:8(999)767-9040

www.lekolike.ru

ПАМЯТКА ПОТРЕБИТЕЛЮ



Баланс магния в организме является обязательным условием здоровья человека. Магний влияет на энергетический обмен, синтез белков, липидов, нуклеиновых кислот, способствует повышению прочности костей и зубов.

Содержащие магний ферменты играют ключевую роль в проведении нервно-мышечных импульсов, участвуют в синтезе нейропептидов в головном мозге, регулируют норадреналин и ацетилхолин, отвечают за обмен холестерина, восстанавливают чувствительность к инсулину. Именно поэтому дефицит магния ведет к развитию целого ряда патологических состояний.

Клинические проявления дефицита магния

- ▶ **сердечно-сосудистые:** кардиалгии, аритмии сердца, колебания артериального давления, ангиоспазмы, регионарные нарушения кровообращения, повышение агрегации тромбоцитов, ускорение развития атеросклероза;
- ▶ **психосоматические:** ухудшение когнитивных функций, снижение работоспособности, повышение тревожности, раздражительности, склонность к депрессии, расстройства сна, головокружение;
- ▶ **bronхолегочные:** бронхоспазм и ларингоспазм;
- ▶ **гастроэнтерологические:** запоры или диарея, тошнота, рвота, изжога, абдоминальные боли;
- ▶ **метаболические:** дислипидемия, нарушение углеводного обмена, нарушение костного обмена, метаболический синдром;
- ▶ **неврологические:** парестезии, спазмы гладких мышц.

Кому показан дополнительный прием магния

Магний не синтезируется в организме человека, в виде иона Mg^{2+} он поступает с пищей, водой и солью. Сбалансированная диета должна содержать 300–600 мг магния в сутки.

С профилактической целью дополнительный прием магния рекомендован:

- ▶ **Людам, занимающимся интенсивным трудом или часто испытывающим стрессовые ситуации.** Психический и физический стресс приводит к повышенному выведению магния из организма, что способствует формированию дефицита минерала.
- ▶ **Спортсменам.** При физической нагрузке повышается потребление магния и дополнительный прием минерала важен для обеспечения выносливости во время тренировок и восстановления после них.
- ▶ **Пожилым, людям с хроническими заболеваниями.** С возрастом уменьшается потребление, всасывание и повышается процесс выделения магния. Это приводит к уменьшению концентрации магния внутри клеток и в тканях, что усугубляет течение хронических заболеваний и ускоряет процессы старения.

Поддержание необходимого баланса магния на протяжении всей жизни поможет предотвратить или замедлить процессы воспаления, оксидативного стресса и хронических заболеваний, тем самым замедлит процессы ускоренного старения.