

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРИМЕНЕНИЮ биологически активная добавка к пище



«Магний В6»

СГР № RU.77.99.11.003.R.002475.07.22 от 28.07.2022 г

Форма выпуска: таблетки массой 550 мг

Состав: магния цитрат, целлюлоза микрокристаллическая (агент антислеживающий), диоксид кремния (агент антислеживающий), магниевая соль стеариновой кислоты (агент антислеживающий), витамин В6.

Пищевая ценность суточной дозы, % от рекомендуемого уровня суточного потребления:

Компонент	4 таблетки	6 таблеток
Магний	200 мг (50%)	300 мг (75%)
Витамин В6	3,6 мг (180%*)	5,4 мг (270%*)

* не превышает верхний допустимый уровень потребления.

Значение магния для организма человека нельзя недооценивать. Являясь активатором почти 300 клеточных ферментов, магний необходим для нормального протекания множества биохимических реакций и физиологических процессов. Иначе говоря, человек не может быть здоровым, если в его пище недостает солей магния.

Биодобавка «Магний В6» от компании «ЛЕКОЛАЙК» содержит магний в составе (цитрата магния) и витамин В6 – вещества-синергисты, которые дополняют и усиливают действие друг друга.

▶ **Цитрат магния** – органическая соль магния и лимонной кислоты – способствует лучшему поступлению магния в клетки и его последующей утилизации, не вызывая кишечных расстройств при приеме препарата в рекомендованных дозах.

▶ **Пиридоксин (витамин В6)** активно участвует в процессах регуляции метаболизма нервной системы. Также витамин В6 улучшает всасывание магния из желудочно-кишечного тракта и его проникновение в клетки.

Биодобавку «Магний В6» от компании «ЛЕКОЛАЙК» рекомендуется принимать в качестве источника магния и витамина В6 для:

- ▶ нормализации эмоционального состояния;
- ▶ повышения стрессоустойчивости организма;
- ▶ устранения дефицита магния, связанного с неполноценной диетой.

Рекомендации по применению: взрослым по 2-3 таблетки 2 раза в день во время еды. Продолжительность приема – 1 месяц. **Противопоказания:** индивидуальная непереносимость компонентов продукта, беременность, кормление грудью. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Хранить в сухом, недоступном для детей месте при температуре не выше 25°С. **Срок годности:** 3 года. Не является лекарством.

Изготовитель: ООО «В-МИН+», РФ, 141300, Моск. обл., г. Сергиев Посад, Московское ш., 68 км; ООО «Авен», РФ, 121609, г. Москва, внутригор. тер. муниципальный округ Крылатское, Осенняя ул., д. 4, корпус 1, кв. 207 (адрес производства: 143362, Моск. обл., г. о. Наро-Фоминский, г. Апрелевка, ул. Апрелевская, д. 18) **Получатель/Организация, уполномоченная принимать претензии от потребителей:** ООО «ЛЕКОЛАЙК», РФ, 111024, г. Москва, ул. Авиамоторная д. 50, стр. 2, эт. 2, пом. XI, ком. 5, тел.:8(999)767-9040 **www.lekolike.ru**

ПАМЯТКА ПОТРЕБИТЕЛЮ

Ни для кого не секрет, что миллионы людей ежедневно нуждаются в успокоительных средствах. И ученые не перестают работать в этом направлении, пытаются создать новые эффективные препараты от тревоги, которые не вызывали бы привыкания, побочных эффектов и были показаны детям, беременным, пожилым людям. Биодобавки с магнием и витамином B6 – одно из таких средств.

НЕМНОГО О СТРЕССЕ

Стресс – неотъемлемая часть нашей жизни. Все, что с нами случается: радость или горе, влюбленность или разочарование, выигрыш в лотерею или финансовые потери – сопровождается разной по величине силой стресса. Избежать его практически невозможно.

Организм людей, которые постоянно подвергаются воздействию стресса, изнашивается на 40% быстрее, чем у тех людей, которые живут в спокойствии.

Когда человек находится в состоянии стресса, организм запускает выработку особых гормонов. Они активизируют сердечно-сосудистую и дыхательные системы, усиливают мозговую активность.

Но работают гормоны стресса таким образом, что беспощадно снижают уровень магния в крови, стимулируя потерю минерала с мочой. Остро «чувствуя» дефицит магния железы внутренней секреции, вырабатывающие гормоны стресса, начинают работать активнее.

Порочный круг замыкается: гормонов стресса становится все больше, а организм продолжает терять магний и «нервничать». Поэтому очень важно не упустить момент, когда стрессовая нагрузка станет чрезмерной и превратится в серьезную угрозу для здоровья.

КАК МАГНИЙ ПОМОГАЕТ НЕРВНОЙ СИСТЕМЕ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СТРЕССОМ?

Магний регулирует работу нервной системы так, что препятствует негативному влиянию стресса и развитию тревоги.

Тормозит нервное возбуждение. Магний ослабляет действие глутамата – главного возбуждающего нейромедиатора нервной системы, обилие которого в клетках повышает уровень тревоги. Кроме того, магний помогает справиться и с двигательным возбуждением.

Улучшает мозговую активность. Низкий уровень магния лежит в основе гипоксического повреждения нейронов, приводящего к их гибели. Так, при дефиците магния, снижается способность к концентрации внимания и функции памяти.

Помогает успокоиться. Магний усиливает влияние ГАМК на нервные клетки. ГАМК, или гамма-аминомасляная кислота, – это важнейший тормозной нейромедиатор мозга, снижающий активность центральной нервной системы.

Повышает стрессоустойчивость. Доказано, что стресс истощает запасы магния, а низкий уровень микроэлемента приводит к стрессу.

Магний – минерал, который сложно «накопить», расходуется он крайне быстро. И чем больше стрессов, тем сильнее выражен дефицит магния.