

 **SANDOZ**

Magnesium-Sandoz®

Magnesium-Sandoz® Quick Minerals eignen sich zur Nahrungsergänzung bei erhöhtem Magnesiumbedarf, wie z. B. hoher körperlicher Belastung, unausgewogener Ernährung und zur Aktivierung der meisten energieliefernden und -verbrauchenden Prozesse im Körper (z. B. Muskel- und Kreislauffähigkeit, Nervenfunktionen).

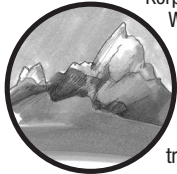
Verzehrempfehlung:

Zur Nahrungsergänzung nehmen Sie, je nach Bedarf, täglich 1–3 Tabletten ein.

1 Lutschtablette enthält 120 mg Magnesium.

Magnesium-Sandoz®

Magnesium ist eines der wichtigsten Mineralien für unseren Körper. Ob wir wandern, einen Nagel in die Wand schlagen oder auch nur einen Brief schreiben – für jede Art von Muskeltätigkeit ist dieser Mineralstoff erforderlich. Magnesium sorgt aber auch dafür, dass unser Herz gleichmäßig schlägt und wir konzentriert geistige Arbeit verrichten können.



Bleiben Sie fit mit Magnesium!

Wer privat oder beruflich größeren körperlichen Belastungen oder Stress ausgesetzt ist, hat einen erhöhten Magnesiumbedarf, der oft nicht ausreichend über die Nahrungsaufnahme gedeckt wird. Die so entstehende Magnesiumunterversorgung vermindert wiederum die Belastbarkeit. Dies führt zu einem Teufelskreis zwischen Stress und mangelnder Magnesiumzufuhr.

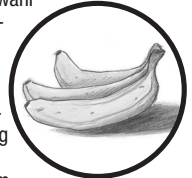
Eine weitere Folge können verkrampfte Muskeln sein (z. B. Wadenkrämpfe oder Augenlidzucken). Insbesondere Sportler müssen daher auf eine ausreichende Zufuhr achten: Sie verlieren durch starkes Schwitzen nach intensivem Training auch Tage später noch vermehrt Magnesium. Wegen der mangelnden Speicherfähigkeit im Organismus sollte daher nach bzw. während des Sports ausreichend Magnesium zugeführt werden, um die Leistungs- und Regenerationsfähigkeit zu erhalten.



Quick
Minerals

Ihr Körper braucht Magnesium!

Man kann kaum glauben, dass bei unserem heutigen Lebensstandard und der großen Auswahl an Lebensmitteln überhaupt ein Nahrungsbestandteil zu kurz kommen kann. Und doch ist es teilweise so; zum Beispiel durch zu geringen Verzehr magnesiumhaltiger Lebensmittel oder durch einseitige Ernährung wie bei Diäten und Fastenkuren. Ein zu hoher Fett- und Eiweißanteil im Speiseplan kann zusätzlich die Magnesiumaufnahme vermindern, häufiger Genuss alkoholischer Getränke oder starkes Schwitzen führen zu einem höheren Magnesium-Verlust. In solchen Fällen kann ein Ausgleich des Mineralienhaushalts durch Nahrungsergänzungsmittel – nicht nur mit Magnesium – erforderlich sein.

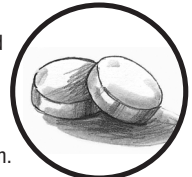


Magnesium-Sandoz® Quick Minerals – Geschmack & Gesundheit

Magnesium-Sandoz® Quick Minerals eignen sich ideal für unterwegs und zwischendurch. Die fruchtigen Kau- bzw. Lutschtabletten versorgen Ihren Körper auf angenehme Weise mit Magnesium und sorgen so dafür, dass Sie fit und leistungsstark bleiben.

Nicht über 25 °C lagern.

Sollten Sie weitere Informationen wünschen, fragen Sie Ihre(n) Apotheker(in) nach unserer kostenlosen „Magnesium-Sandoz-Broschüre“, oder schreiben Sie uns bzw. faxen Sie uns. Weitere Informationen stehen Ihnen auch im Internet unter www.magnesium-sandoz.de zur Verfügung.



Wir wünschen Ihnen für Ihre Gesundheit alles Gute!
Ihre Sandoz Pharmaceuticals GmbH

Sandoz Pharmaceuticals GmbH
Raiffeisenstraße 11
83607 Holzkirchen
info@sandoz.de

Lebensalter	Durchschnittlicher Magnesium-Bedarf (mg/Tag)
Kinder und Jugendliche	ca. 80–310
Erwachsene	ca. 300–400
Schwangere und Stillende	ca. 310–390
Sportler	ca. 350–450*

(nach DGE, 2000; *nach Geiß und Hamm, 2000)

Sandoz – eine gesunde Entscheidung