

NL

Magnesium Opti EG + Vitamine B6

Magnesium Opti EG draagt bij tot het verminderen van vermoeidheid en stress en tot een goede werking van de spieren, dankzij zijn gehalte aan magnesium en vitamine B6.

Wat is Magnesium Opti EG en waarvoor wordt het gebruikt?

Magnesium Opti EG is een tablet die 225 mg magnesium, alsook vitamine B6 bevat.

Magnesium is een **mineraal dat essentieel is voor de goede werking van ons metabolisme**: het ondersteunt onze psychologische functie, onze spier- en zenuwfunctie en ons energiemetabolisme.

- Magnesium en vitamine B6 dragen bij tot een goede werking van het zenuwstelsel en tot het **verminderen van de vermoeidheid, vooral in perioden van stress.***
- Magnesium draagt bij tot een goede werking van de spieren en helpt de spiercontracties te verminderen.*

Ons lichaam is niet in staat zelf magnesium aan te maken en moet het uit onze voeding halen. Vaak leiden onze eetgewoonten echter tot onvoldoende inname van magnesium.

Magnesium Opti EG kan gebruikt worden in perioden van een verhoogde behoefte aan magnesium, zoals tijdens de groeisput, zwangerschap, een intense sportactiviteit, perioden van stress en vermoeidheid, enz...

Magnesium bestaat in verschillende vormen waartussen grote verschillen in biologische beschikbaarheid en gastro-intestinale tolerantie kunnen bestaan. Magnesium Opti EG bevat magnesium onder de vorm van citraat, tauraat en glycerofosfaat, specifieke vormen van magnesium die goed verdragen worden in het maagdar kanaal en een goede biologische beschikbaarheid (= een hoge opname door ons organisme) hebben.**

Voor wie is Magnesium Opti EG bestemd?

Magnesium Opti EG is bestemd voor volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar.

Personen met het grootste risico op een tekort aan magnesium zijn:

- personen met stress en/of vermoeidheid
- sportbeoefenaars
- vrouwen die zwanger zijn of borstvoeding geven
- jongeren in volle groei vanaf 12 jaar
- ouderen

Hoe gebruikt u Magnesium Opti EG?

1 tablet Magnesium Opti EG per dag met een weinig water innemen, bij voorkeur tijdens een maaltijd.

Deze dosis kan aangepast worden naargelang het advies van uw arts of apotheker.

Samenstelling

Magnesium: 225mg (60% RI*)

Vitamine B6: 0,7mg (50% RI*)

*RI: Referentie-inname

Volledige ingrediëntenlijst:

Magnesiumcitraat;

Vulstoffen: Microkristallijne cellulose (E460 (i)), Hydroxypropylmethylcellulose (E464), Calciumcarbonaat (E170), Hydroxypropylcellulose (E463); Magnesiumtauraat;

Magnesiumglycerofosfaat; Antiklontermiddelen:

Glyceroldibehenaat (E471), Siliciumdioxide (E551),

Magnesiumstearaat (E470b), Calciumfosfaat (E341ii); Omhulling:

Stearinezuur (E570); Bevochtigmiddel: Glycerine (E422);

Pyridoxinehydrochloride (Vitamine B6).

Goed om te weten:

Magnesium Opti EG bevat geen suiker, lactose en gluten.

Suikervrij

Lactosevrij

Glutenvrij



Verpakking:

Verpakking van 60 tabletten.

Uitsluitend verkrijgbaar bij uw apotheker.

Algemene informatie:

Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt.

De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden.

Buiten het bereik van kinderen houden.

Bewaren bij kamertemperatuur in de oorspronkelijke verpakking.

Geproduceerd in België voor:

EG nv/sa

Heizel Esplanade b22

1020 Brussel

Notificatienummer: NUT 972/21

* Magnesium en vitamine B6 dragen bij tot een normale psychologische functie en tot het verminderen van de vermoeidheid. Magnesium draagt bij tot een goede werking van de spieren, een normaal energiemetabolisme en een normale functie van het zenuwstelsel.

**Rylander* R et al. Bioavailability of Magnesium Salts – A Review, BioFact Environmental Health Research Centre, Björkåsvä 21, 443 91 Lerum, Sweden



F

Magnesium Opti EG

+ Vitamine B6

Magnesium Opti EG contribue à une diminution de la fatigue, du stress et au bon fonctionnement des muscles, grâce à son contenu en magnésium et vitamine B6.

Qu'est-ce que Magnesium Opti EG et dans quels cas l'utiliser?

Magnesium Opti EG est un comprimé qui contient 225 mg de magnésium, ainsi que de la vitamine B6.

Le magnésium est un **minéral essentiel au bon fonctionnement de notre métabolisme**: il soutient nos fonctions musculaires, psychologiques et nerveuses ainsi que notre métabolisme énergétique.

- Le magnésium et la vitamine B6 contribuent au bon fonctionnement du système nerveux et **réduisent la fatigue**, notamment en **période de stress**.*
- Le magnésium contribue au bon fonctionnement musculaire et optimise les contractions musculaires.**

Notre organisme est incapable de produire du magnésium, il doit donc le puiser dans l'alimentation. Nos habitudes alimentaires mènent souvent à un apport insuffisant de magnésium.

Magnesium Opti EG peut être utilisé lors d'un **besoin accru en magnésium**, comme par exemple lors de certaines périodes telles que la croissance, la grossesse, la pratique d'une activité sportive intense, les périodes de stress et de fatigue, etc...

Le magnésium se présente sous différentes formes. Il peut y avoir de grandes différences au niveau de la biodisponibilité et de la tolérance gastro-intestinale.

Magnesium Opti EG contient le magnésium sous forme de citrate, taurate et glycérophosphate, des formes spécifiques de magnésium qui ont à la fois une bonne tolérance gastro-intestinale et une bonne biodisponibilité (= une haute absorption par l'organisme).**

A qui est destiné Magnesium Opti EG?

Magnesium Opti EG est destiné aux adultes et enfants à partir de 12 ans.

Les personnes les plus à risque de manquer de magnésium sont:

- les personnes stressées et/ou fatiguées
- les sportifs
- les femmes enceintes ou allaitantes
- les adolescents en croissance à partir de 12 ans
- les personnes âgées

Comment utiliser Magnesium Opti EG?

Prendre 1 comprimé de Magnesium Opti EG par jour, en l'avalant avec un peu d'eau, de préférence pendant les repas.

Cette dose peut être adaptée selon l'avis de votre médecin ou de votre pharmacien.

Composition

Magnésium: 225 mg (60% AR*)

Vitamine B6: 0.7 mg (50% AR*)

*AR: Apport de référence

Liste complète des ingrédients:

Citrate de magnésium;

Agents de charge: Cellulose microcristalline (E460 (i)),

Hydroxypropylméthylcellulose (E464), Carbonate de calcium

(E170), Hydroxypropylcellulose (E463); Taurate de

magnésium; Glycérophosphate de magnésium; Agents

antiagglomérants: Dibéhénate de glycéryle (E471), Dioxyde de

silice (E551), Stéarate de magnésium (E470b), Phosphate de

calcium (E341ii); Agent d'enrobage: Acide stéarique (E570);

Humectant: Glycérine (E422); Chlorhydrate de pyridoxine

(Vitamine B6).

Bon à savoir:

Magnesium Opti EG ne contient ni sucre, ni lactose, ni gluten.

sans sucre sans lactose sans gluten



Présentation:

Emballage de 60 comprimés.

Disponible exclusivement chez votre pharmacien.

Informations générales:

Un complément alimentaire ne remplace ni une alimentation variée et équilibrée, ni un mode de vie sain.

Ne pas dépasser l'apport journalier recommandé.

Tenir hors de la portée des enfants.

A conserver à une température ambiante dans l'emballage d'origine.

Fabriqué en Belgique pour:

EG nv/sa

Esplanade Heysel b22

1020 Bruxelles

Numéro de notification: NUT 972/21

* Le magnésium et la vitamine B6 contribuent aux fonctions psychologiques normales et réduisent la fatigue.

Le magnésium contribue au bon fonctionnement des muscles, à un métabolisme énergétique normal et au fonctionnement normal du système nerveux.

**Rylander* R et al. Bioavailability of Magnesium Salts – A Review, BioFact Environmental Health Research Centre, Björkåsvä 21, 443 91 Lerum, Sweden

9290017 1908 BE

