

# Baldriparan®

## Magnesium

**Baldriparan® Magnesium – hochdosierter Premium Magnesium-Komplex mit Magnesiumbisglycinat vom Schlafexperten Baldriparan®**

### Produktdetails:

Baldriparan® Magnesium ist ein speziell entwickelter Magnesium-Komplex vom Schlafexperten Baldriparan®:

- **Premium Magnesium-Komplex** – das hochwertige Magnesiumbisglycinat kombiniert mit bioaktivem Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid.
- **Hochdosiert mit 300 mg elementarem Magnesium pro Tagesdosis** – optimal abgestimmt für Ihre tägliche Gesundheit.
- **Hohe Bioverfügbarkeit** – speziell aufeinander abgestimmte Magnesiumformen, die besonders gut vom Körper aufgenommen werden und eine langanhaltende Versorgung sicherstellen können.
- **Vom Schlafexperten speziell entwickelt** – Magnesiummangel kann ein häufiger Grund für einen gestörten Schlaf sein, denn es unterstützt essenzielle Körperfunktionen, die benötigt werden, um in einen gesunden Schlaf zu fallen. Es unterstützt die normale Funktion des Nervensystems und der Muskelfunktion und trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zur Verringerung von Ermüdung bei.
- **Vegan, zuckerfrei und ohne künstliche Zusätze** – perfekt für gesundheitsbewusste Menschen.
- **In Deutschland hergestellt** – pharmazeutische Qualität, auf die Sie sich verlassen können.

### Weitere Produktinformationen:

Im Schlaf geschehen erstaunliche Dinge im Körper – von der Erholung und Regeneration bis hin zur Stärkung von Muskeln und vom Immunsystem. Wer unter Schlafmangel oder dauerhaft schlechter Schlafqualität leidet, bei dem können mehr Symptome auftreten als bloße Müdigkeit: Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Depressionen, Übergewicht sowie ein erhöhtes Risiko für nachlassende Gedächtnis- und Leistungsfähigkeit.

Was viele jedoch nicht wissen: Ein häufiger Grund für einen gestörten Schlaf kann ein Magnesiummangel sein. Denn Magnesium spielt eine wichtige Rolle für eine normale Muskelfunktion und damit für die Entspannung der Muskeln sowie für die Aufrechterhaltung unserer psychischen Balance. Es unterstützt die Produktion von Melatonin, dem Hormon, das unseren Schlaf-Wach-Rhythmus reguliert. Magnesium hilft außerdem den Cortisolspiegel zu regulieren. Bei einem Mangel kann der Körper in einen Zustand erhöhter Anspannung geraten, da der Stresshormonspiegel (Cortisol) ansteigt. Hohe Cortisolwerte können das Einschlafen erschweren und die Schlafqualität verschlechtern. Magnesium hat zusätzlich eine beruhigende Wirkung auf das Gehirn, indem es die Aktivität des Neurotransmitters GABA (Gamma-Aminobuttersäure) verstärkt. GABA ist wichtig für die Förderung der Entspannung und das Einschlafen.

Magnesiummangel kann daher zu einer Vielzahl von Schlafstörungen führen, wie Schwierigkeiten beim Einschlafen, unruhigem Schlaf oder häufigem Aufwachen während der Nacht. Eine ausreichende Magnesiumversorgung kann helfen, diese Probleme zu vermeiden und die Schlafqualität zu verbessern. Doch nicht jede Magnesiumform ist gleich.



Baldriparan® ist seit über 65 Jahren der pflanzliche Schlafexperte Nr. 1\* in deutschen Apotheken. Mit dieser Expertise hat Baldriparan® nun einen innovativen Premium Magnesium-Komplex mit 3 speziell ausgewählten Magnesiumformen entwickelt.

### Die Inhaltsstoffe von Baldriparan® Magnesium

- **Magnesiumbisglycinat:** Magnesiumbisglycinat gilt allgemein als eine der hochwertigsten und am besten verträglichen Formen von Magnesium. Es handelt sich dabei um ein Magnesiumsalz der Aminosäure Glycin, das eine besonders hohe Bioverfügbarkeit besitzt. Glycin ist bekannt als eine „beruhigende“ Aminosäure und kann laut Studien die Qualität des Schlafes verbessern.
- **Trimagnesiumdicitrat:** Auch Trimagnesiumdicitrat hat eine sehr gute Bioverfügbarkeit, da der Citratanteil die Absorption im Verdauungstrakt fördert und so oft besser vertragen wird. Es ist an der Regulation der Aktivität von Neurotransmittern wie GABA (Gamma-Aminobuttersäure) beteiligt, die eine entspannende Wirkung auf das Gehirn haben und den Übergang in den Schlaf erleichtern.
- **Magnesiumoxid:** Magnesiumoxid ist ebenso enthalten, denn es trägt zur Entspannung der Muskeln bei, was eine wichtige Rolle für eine gute Nachtruhe spielt. Besonders bei Menschen, die unter nächtlichen Muskelkrämpfen oder Verspannungen leiden, kann Magnesiumoxid helfen, die Muskulatur zu entspannen und Beschwerden zu lindern, die den Schlaf stören könnten.

## Baldriparan® Magnesium – Verzehrempfehlung

Täglich 2 Kapseln unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Wir empfehlen die Einnahme 1-2 Stunden vor dem Schlafengehen. Achten Sie beim Verzehr dieses Nahrungsergänzungsmittels auch auf andere Zufuhrquellen von Magnesium.

## Baldriparan® Magnesium – Verträglichkeit

Baldriparan® Magnesium ist gut verträglich und kann täglich verzehrt werden. Die Kapseln sind gluten- und laktosefrei, vegan und für Diabetiker geeignet.

## Baldriparan® Magnesium – Zutaten

Mineralstoff	pro Tagesportion (2 Kapseln)	NRV*
Magnesium	300 mg	80%

\* % der Referenzmenge gemäß EU-Verordnung Nr. 1169/2011

## Baldriparan® Magnesium

Inhalt	Darreichungsform	PZN	Preis (UVP)
60 Stück	Kapseln	19553871	22,99 €

## Baldriparan® Magnesium – Lagerungsempfehlung

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

### Wichtige Hinweise

Baldriparan® Magnesium ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Auf den Verzehr weiterer Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium ist zu verzichten.