



# Magnesium 100 mg

## Bios Kapseln



### Produktbeschreibung:

Magnesium ist ein Elektrolyt, das für den menschlichen Körper unabdingbar ist. Es hilft das Zusammenspiel von Nerven und Muskeln zu optimieren, ist bei der Regulierung des Blutzuckers beteiligt und hält das Elektrolytgleichgewicht im Körper aufrecht. Ein Mangel an Magnesium kann sich beispielsweise durch Muskelkrämpfe (vor allem Wadenkrämpfe), Magen-Darm-Beschwerden, Müdigkeit, Kopfschmerzen, Nervosität und brüchige Fingernägeln bemerkbar machen. Damit der tägliche Magnesiumbedarf gedeckt werden kann, ist eine ausgewogene Ernährung wichtig. In bestimmten Lebenssituationen besteht ein erhöhter Bedarf an Magnesium, um diesen zu decken kann eine Nahrungsergänzung mit unseren Kapseln sinnvoll sein.



### Funktion:

- Verringern Müdigkeit und Ermüdungserscheinungen
- Tragen zum Erhalt normaler Knochen und Zähne bei
- Regulieren das Elektrolytgleichgewicht



### Zusammensetzung:

Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose; Magnesiumoxid, Magnesiumcitrat

Kapselhülle: Cellulose; Farbstoff in der Kapselhülle: Titandioxid



### Verzehrempfehlung:

Erwachsene: 3 x 1 Kapsel täglich mit Flüssigkeit einnehmen.

3 Kapseln enthalten 300 mg Magnesium (80 % NRV\*).  
\*NRV = Prozent der empfohlenen Tagesdosis



### Packungsgrößen:

EAN	Inhalt
90 08124 00766 1	100 Kapseln

Diese Information ist ausschließlich für Fachpersonal bestimmt! 10/2022-E-0217-0018

Bios Medical Services GmbH  
Bahnhofstraße 28  
D-66111 Saarbrücken  
Telefon: +49 (0)681 410 975 - 0  
Email: [info@bms-bios.de](mailto:info@bms-bios.de)  
[www.bms-bios.de](http://www.bms-bios.de)

 bios  
medical  
services