

magnesium-Loges®

Die innovative Kombination



magnesium-Loges® – Auf einen Blick

- **Rein organisch:**
Magnesiummalat, -bisglycinat und -taurat
- **Leicht löslich:**
Schnelle, effektive Aufnahme und sehr gute Verträglichkeit
- **Bedarfsgerechte Einnahme möglich:**
Mit 100 mg Magnesium pro Kapsel
- **Rein pflanzliche Kapselhülle:**
Keine unnötigen Zusatzstoffe

magnesium-Loges® – Nahrungsergänzungsmittel mit 100 mg Magnesium für eine bedarfsgerechte Einnahme. Inhaltsstoffe: 1 Kapsel enthält 100 mg Magnesium, die maximale Tagesdosis (4 Kapseln) enthält 400 mg Magnesium. Zutaten: Magnesiummalat, Magnesiumbisglycinat, Magnesiumtaurat, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose; Reiskleieextrakt.



Verzehrempfehlung:

Der tatsächliche Magnesiumbedarf ist individuell und wird von vielen Lebensumständen beeinflusst. Daher ist **magnesium-Loges®** flexibel dosierbar.



Täglich bis zu 4 Kapseln.

Vorzugsweise dem individuellen Bedarf entsprechend über den Tag verteilt.

Die Verzehrempfehlung Ihres Therapeuten/Ihrer Apotheke:

Morgens	Mittags	Abends
Kapseln	Kapseln	Kapseln

Packungen mit:

	60 Kapseln	PZN 14334727
	120 Kapseln	PZN 14334756

MAG1916/24211300/10.000/Sep 19 F

Dr. Loges + Co. GmbH
Schützenstraße 5
21423 Winsen (Luhe)

T 04171 707-0
F 04171 707-100
www.loges.de
info@loges.de

Dr. Loges
Naturheilkunde neu entdecken

Die individuelle

Magnesium-Versorgung

Das einzigartige Magnesium-Konzept
aus drei organischen Salzen



Dr. Loges
Naturheilkunde neu entdecken

Magnesium

Richtig wichtig

Magnesium ist für den menschlichen Organismus unverzichtbar. Es ist an über 300 Reaktionen im Körper beteiligt und spielt eine wichtige Rolle in vielen Stoffwechselprozessen und als Botenstoff. Eine Schlüssel-funktion übernimmt Magnesium beispielsweise im Rahmen des Energiestoffwechsels, des Elektrolythaushalts und es trägt maßgeblich zu einer gesunden Muskel- und Nervenfunktion bei.

Darf's ein bisschen mehr sein?

Im Durchschnitt benötigt der menschliche Organismus ca. 300 mg Magnesium pro Tag. Unter besonderen Lebensumständen braucht der Körper jedoch eine Extraportion des Minerals, um voll leistungsfähig zu bleiben. Hierzu zählen unter anderem:

- Sportliche Aktivität
- Vermehrter Stress
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Ungesunde Lebensweise (z. B. Rauchen, Alkohol)
- Chronische Erkrankungen (z. B. Diabetes mellitus)



Sind Sie **ausreichend** mit Magnesium **versorgt**?

Nicht selten führen unsere Lebensgewohnheiten dazu, dass zu wenig Magnesium aufgenommen wird. Darüber hinaus nimmt die Verstoffwechslung von Vitaminen und Mineralien mit fortschreitendem Alter ab. All diese Faktoren können zu einem Mehrbedarf des Organismus an dem lebenswichtigen Mineral führen, bis hin zu einer Unterversorgung.

Eine Unterversorgung mit Magnesium kann sich vielfältig äußern:

- Muskelkrämpfe¹
- Lid- und Muskelzucken¹
- Verspannungen im Rücken-, Schulter- und Nackenbereich¹
- Kopfschmerzen/Migräne²
- Vermehrte Müdigkeit³
- Nervosität oder Unruhe⁴
- Erhöhte Stressempfindlichkeit^{4,5}
- Depressive Verstimmung oder Niedergeschlagenheit⁵
- Schlafstörungen⁵

¹Magnesium trägt zu einer gesunden Muskelfunktion bei. ²S1-Leitlinie zur Therapie der Migräneattacke und Prophylaxe der Migräne. Herausgegeben 2018 von der Kommission Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) in Zusammenarbeit mit der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG). ³Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung, sowie zu einem gesunden Energiestoffwechsel bei. ⁴Magnesium trägt zu einer gesunden Funktion des Nervensystems bei. ⁵Magnesium trägt zur normalen psychischen Funktion bei.

magnesium-Loges[®]

Eines für alle



Schnell.

Organisches Magnesium wird dank seiner guten Löslichkeit im Vergleich zu anorganischem Magnesium besonders leicht aufgenommen und steht schnell zur direkten Verwertung bereit.

Stark.

Das Kraftpaket Magnesium sorgt für eine reibungslose Funktion des Energiestoffwechsels und unterstützt eine gesunde Muskelfunktion sowie Eiweißbildung. Auch die Knochen verdanken ihre Stärke unter anderem Magnesium. Dank seiner Vielseitigkeit wirkt Magnesium zusätzlich entspannend auf das Muskel- und Nervensystem. So unterstützt das Multitalent nach Belastungssituationen die Regeneration und das innere Wohlbefinden.

Smart.

Magnesium sollte in kleinen Portionen über den Tag verteilt zugeführt werden, da der Organismus das Mineral so besser aufnehmen kann. Zudem sind mehrere kleinere Dosen besonders verträglich für Magen und Darm.