

Fytostar

Algo-Magnesium®

Du magnésium naturel contre la fatigue et les contractions musculaires

Le magnésium est un minéral indispensable qui joue un rôle crucial dans plus de 300 réactions enzymatiques du corps. Ainsi, certaines vitamines (e.a. B1 et B6) ne peuvent avoir un effet optimal qu'en présence d'une quantité suffisante de magnésium.

Pourtant, on constate que la prise moyenne en magnésium est très souvent trop réduite à cause des habitudes alimentaires peu saines de notre société moderne: nous consommons de moins en moins d'aliments riches en magnésium, tels que les céréales complètes, les noix, le lait...

Le magnésium est recommandé en cas de:

Fatigue, faiblesse

Stress, efforts physiques (sport, profession...)

Muscles crispés, contractions musculaires

Tension prémenstruelle

Emploi fréquent de laxatifs, d'alcool...

Important

* Ne pas prendre le magnésium en même temps que le calcium (respecter un intervalle d'au moins 6 heures entre les prises)

* Les personnes souffrant d'insuffisance consulteront d'abord leur médecin avant de prendre du magnésium

Avantage :

Chaque comprimé contient 150 mg de magnésium donc 2 par jour suffisent pour couvrir la totalité du besoin journalier normale en magnésium.

Contient du magnésium d'origine naturelle.

Disponible en boîte de 60 comprimés.



Composition:

Par comprimé

- Magnésium élémentaire : 150 mg (issu d'oxyde de magnésium, de citrate de magnésium, de gluconate de magnésium, de lactate de magnésium et de l'algue Lithothamnion calcareum)
- Vitamine B6 : 1 mg

Algo-Magnesium

60 comprimés

Références scientifiques:

- Rev Med Chir Soc Med Nat Iasi 1997 Jul-Dec;101(3-4):95-102
- Magnes Res 1997 Jun;10(2):169-95
- Cas Lek Cesk 1997 Jul 14;136(14):448-50
- Lancet 1991 Mar 30;337(8744):757-60
- Munnich, Ogier, Saudubray, Edit. Masson Paris 1986
- Krausd's 10 th ed, Saunders, 2000 (125-131)
- L. Mervin Ph.D., ed. Thorsons 1989 (27-28)