

## Magnesium

goed voor de spieren en ondersteunt het energieniveau

NCS47172 101



### Inhoud van deze gebruiksaanwijzing

1. Samenstelling van Magnesium
2. Wat is Magnesium en waarvoor wordt het gebruikt
3. Wat moet u weten voordat u Magnesium gebruikt
4. Hoe wordt Magnesium gebruikt
5. Hoe bewaart u Magnesium

### 1. Samenstelling van Magnesium

Inhoud 60/120 capsules

#### Samenstelling per dagelijkse aanvangsdosering (= per 3 capsules)

		% RI/ ADH**
Magnesium, als citraat/oxide	600 mg	160
Vitamine B6, als pyridoxal 5 fosphate	3 mg	214

#### Ingrediënten

Magnesium: citraat en oxide\*, vegetarische capsule: hypromellose, antiklontermiddel: stearinezuur, pyridoxal 5 fosphate\*.

\* zie samenstelling

\*\* Referentie-Inname / Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

**Magnesium** bevat geen suiker, gluten, gist, lactose, kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.

Vanwege het gebruik van natuurlijke ingrediënten kunnen tussen de verschillende chargenummers afwijkingen in kleur en/of geur voorkomen. Deze onderlinge verschillen doen niets af aan de kwaliteit van het supplement.

### 2. Wat is Magnesium en waarvoor wordt het gebruikt

Magnesium activeert de natuurlijke energie in het lichaam. Het geeft dat beetje extra in perioden waarin je dat even kunt gebruiken. Magnesium draagt immers bij aan de vermindering van moeheid en vermoeidheid. Maar New Care Magnesium doet meer. Het is namelijk ook goed voor de spieren en helpt de normale spierwerking behouden.

New Care Magnesium is aangevuld met vitamine B6 in de actieve vorm als pyridoxal 5 fosphate (p-5-p). Deze voedingsstof ondersteunt de invloed van magnesium op het energieniveau.

De formule is verpakt in een vegetarische capsule en aangevuld met hulpstoffen uit natuurlijke bron. Met New Care Magnesium krijg je dus ter aanvulling op je voeding met één capsule op een heel natuurlijke manier 200mg magnesium binnen. New Care Magnesium is ook geschikt voor vegetariërs en veganisten.

Bij producten met mineralen is de hoogte van het elementaire gehalte van belang. Dit is het gewicht zonder de verbinding waaraan het mineraal gebonden is, zoals citraat of oxide. Het pure gewicht van het mineraal dus. New Care vermeldt in al haar teksten het elementaire gewicht van mineralen. In dit geval is dat per capsule 200mg = 53% van de referentie-inname (RI).

NZVT New Care Magnesium voldoet aan de normen van het NZVT systeem en is getest op de afwezigheid van dopinggerelateerde stoffen. Dit betekent dat dit product met zekerheid door topsporters kan worden gebruikt.

### 3. Wat moet u weten voordat u Magnesium gebruikt

Gebruik Magnesium niet

Bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen.

Dit voedingsmiddel is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.

### Gebruik bij zwangerschap en borstvoeding

Voedingssupplementen mogen tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding enkel na overleg met uw arts of apotheker worden ingenomen.

### 4. Hoe wordt Magnesium gebruikt

Aanvangsdosering: 3 x per dag 1 capsule.

Onderhoudsdosering: 1 x per dag 1 capsule.

De aanbevolen dosering niet overschrijden.

Neem in ieder geval één dosering voor het slapen in.

Capsules met water innemen.

Ieder mens is anders. Ook de extra behoefte aan vitamines en mineralen kan van persoon tot persoon verschillend zijn. In het algemeen wordt geadviseerd om de aanvangsdosering gedurende 1 verpakking (60 capsules) te gebruiken. Daarna kan worden afgebouwd tot de onderhoudsdosering. Persoonlijke factoren kunnen aanleiding zijn om de aanvangsdosering gedurende een langere of juist kortere periode te gebruiken.

Problemen met slikken van grote tabletten of capsules? Al onze tabletten mogen worden fijngemalen met een vijzel of tabletcruisher. Met poeder gevulde capsules kunnen worden opengemaakt. De tablet of capsule kan op deze manier in poedervorm in bijvoorbeeld water of yoghurt worden ingenomen.

### 5. Hoe bewaart u Magnesium

Het product in de originele verpakking, droog en niet boven de 25° C bewaren. Bewaar Magnesium buiten bereik van kinderen.

### De uiterste gebruiksdatum

Gebruik Magnesium niet meer na de datum zoals die op de bovenzijde van de verpakking is ingedrukt. Deze datum duidt het tijdstip aan waarna de kwaliteit van het product niet meer kan worden gewaarborgd. De eerste twee cijfers duiden de maand aan, de volgende groep het jaartal.

Dit product en bijbehorende informatie zijn met grote zorgvuldigheid samengesteld. Deze gebruiksaanwijzing dient uitsluitend ter informatie en is niet bedoeld ter vervanging van het advies van uw arts.

Als u een medisch probleem heeft of denkt te hebben, neem dan altijd contact op met uw arts. Noch de samenstellers, noch de producenten, noch de leveranciers kunnen aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade.