

## Magnesium

goed voor de spieren en ondersteunt het energieniveau

NCS47171 201



### Inhoud van deze gebruiksaanwijzing

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

### 1. Samenstelling van Magnesium

Inhoud 60/120 capsules

#### Samenstelling per dagelijkse aanvangsdosering

(= per 2 capsules)

		% RI**
Magnesium, als citraat/oxide	400 mg	107
Vitamine B6, als pyridoxal-5-phosphate	2 mg	143

#### Ingrediënten

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

- \* zie samenstelling
- \*\* Referentie-Inname

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 bestaat in meerdere vormen. Iedere vorm van magnesium heeft zo zijn eigen invloed in het lichaam. Het is dus belangrijk dat je voor de juiste vorm kiest, afhankelijk van je gezondheidswens.

Deze combinatie van magnesium activeert de natuurlijke energie in je lichaam en draagt bij aan de vermindering van vermoeidheid. Het geeft dat beetje extra in perioden waarin je dat even kunt gebruiken. Deze combinatie is bovendien goed voor je spieren en helpt de normale spierwerking behouden.

New Care Magnesium is aangevuld met vitamine B6 in de actieve vorm als pyridoxal-5-phosphate (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 1 capsule op een heel natuurlijke manier 200mg magnesium binnen, dat wil zeggen 53% van de referentie-inname (RI). Omdat de capsule plantaardig is, is New Care Magnesium ook geschikt voor vegetariërs en veganisten.

**NZVT** New Care Magnesium (120) voldoet aan de normen van het NZVT systeem en is getest op de afwezigheid van dopinggerelateerde stoffen. Als je topsporter bent, kies dan voor de grootverpakking Magnesium met 120 capsules.

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

#### Gebruik Magnesium niet

Bij overgevoeligheid voor één van de bestanddelen. Dit voedingssupplement is niet geschikt voor kinderen jonger dan 1 jaar. In hoge dosering kan magnesium een laxerend effect hebben.

#### Gebruik bij zwangerschap en borstvoeding

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

#### 4. Hoe wordt Magnesium gebruikt

Aanvangsdosering: 2 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.

Moeite met slikken van grote tabletten of capsules? Al onze tabletten mogen worden fijngemalen met een vijzel of tabletcrusher. 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 bewaar je 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 een arts.

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

### De New Care Advieslijn, een persoonlijk advies

*Wij kunnen ons heel goed voorstellen dat je vragen hebt over het behoud van je gezondheid en het gebruik van onze producten. Neem voor een persoonlijk antwoord op al je vragen gerust contact op met onze advieslijn. De New Care Advieslijn is bereikbaar per telefoon (085 222 0018) en per email (advieslijn@new-care.nl). Onze orthomoleculair therapeut adviseert je graag.*