



300 мг  
в одной  
порции\*



# Магний+ B6 АКТИВ



Улучшение  
циркуляции  
крови



Укрепление  
сосудов



Антистресс



Улучшение  
качества сна



# В каких случаях нужен магний?

# Mg



Мышечные спазмы,  
подергивания,  
тремор



Повышенное или  
пониженное давление,  
аритмия



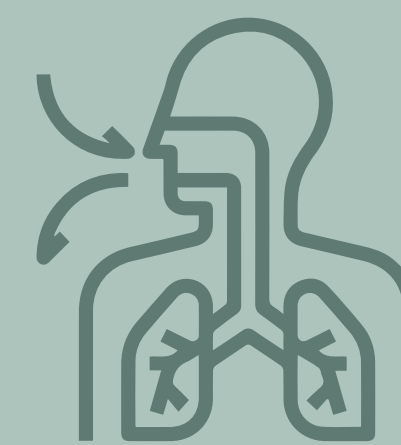
Утомляемость  
и апатия,  
раздражительность



Частые  
головокружения,  
головные боли  
и мигрени



Нарушение сна,  
невозможность  
расслабиться,  
синдром беспокойных ног



Синдром гипервентиляции  
легких, ощущение  
нехватки воздуха



# В каких случаях нужен магний?

**У детей:**  
риск развития аутизма, дислексии, девиантного поведения, СДВГ.



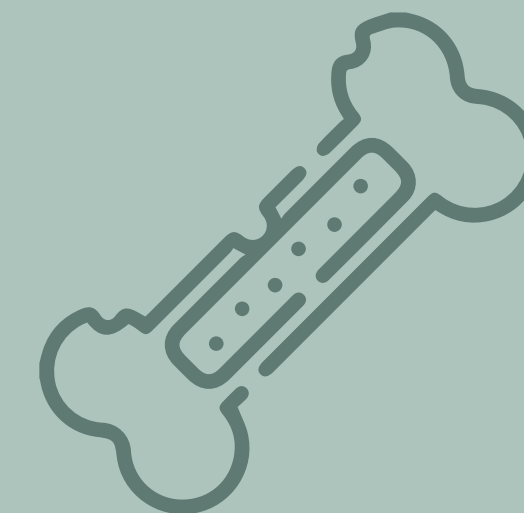
Накопление в сосудах излишнего кальция и формирование тромбов



Камни в почках



Изжога



Остеопороз



Пристрастие к сладкому



Запоры



# Важные факты о роли Mg

# Mg



Mg участвует в более 300 метаболических процессах нашего организма.



В основном Mg содержится внутри клеток костной, мышечной и немышечной тканях человека.



Суточная норма Mg для мужчин – около 400 мг, для женщин – около 300 мг.

**0,76–1,15**  
ммоль/л

Составляет нормальную концентрацию магния в сыворотке крови



# Важные факты о роли Mg

Потребление магния остается недостаточным и покрывает только 50% от потребности организма\*

Дефицит Mg определяет течение двух важнейших патологических процессов – **воспаления и окислительного стресса**, играющих ключевую роль в старении человеческого организма.



\*по материалам данных различных источников, оценивающих пищевое поведение населения в развитых странах

# Роль Mg в организме человека

Магний участвует  
в более  
**300**  
метаболических  
процессах нашего  
организма

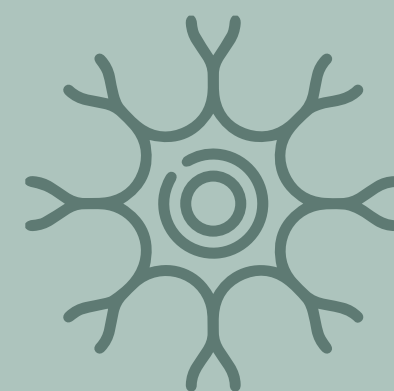
**Mg**



Потребление  
и образование энергии



Обмен углеводов,  
белков, жиров,  
ферментов



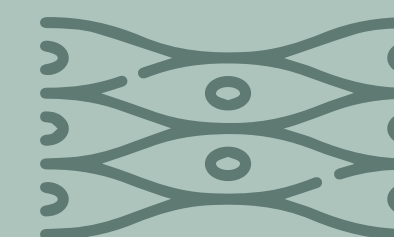
Передача  
нервных импульсов



Терморегуляция



Свертывание  
крови



Сокращение гладких  
и скелетных мышц

# Роль Mg в организме человека

**Mg**

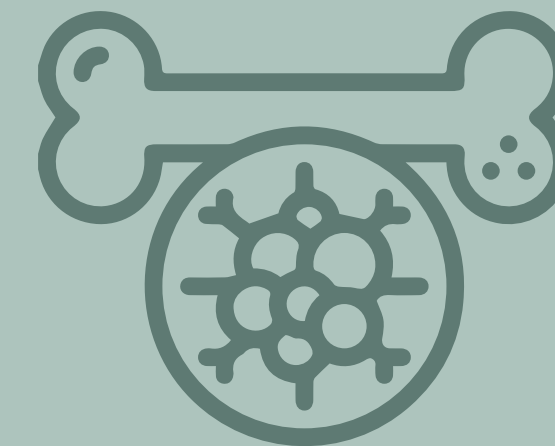
Магний участвует в более

**300**

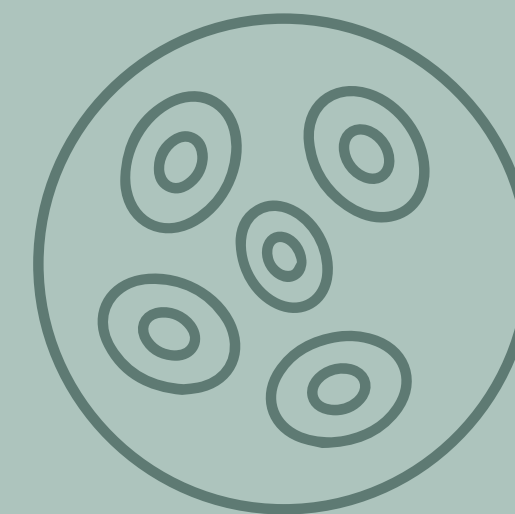
метаболических процессах  
нашего организма



Работа сердца



Формирование  
костной ткани



Формирование соединительной ткани  
(составляющей кожи, связок,  
сухожилий, жировой ткани, лимфоузлов,  
костного мозга и так далее).



# Когда возрастает потребность в магнии?

# Mg



В стрессовых  
ситуациях



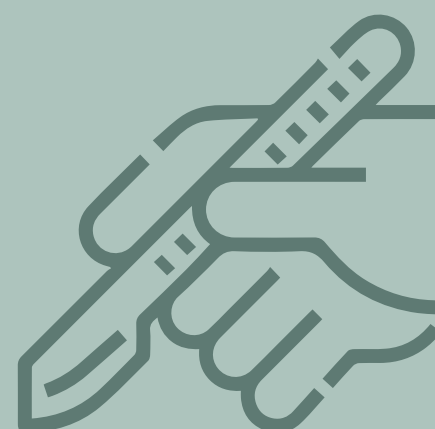
У женщин  
во время  
беременности



В подростковом  
периоде



Во время  
инфекционных  
заболеваний



В восстановительный  
период после болезни  
или операции



Во время интенсивных  
физических нагрузок



# У кого возникает дефицит магния?



У людей,  
с алкогольной  
зависимостью



У людей  
с сахарным  
диабетом 2 типа



У людей, страдающих  
сердечно-сосудистыми  
заболеваниями



При приеме  
лекарственных препаратов:  
антибактериальных,  
стероидных, гормональных средств

## 45+

У людей,  
старше 45 лет



У людей,  
с заболеваниями ЖКТ

# У кого возникает дефицит магния?

Продолжительный дефицит Mg может вызвать серьезные последствия для всего организма

Уровень магния в плазме крови ниже 0,8 ммоль/л рассматривается как значимый фактор риска возникновения инфаркта миокарда и инсульта и увеличивает риск внезапной смерти на 40%



# Влияние дефицита магния на организм

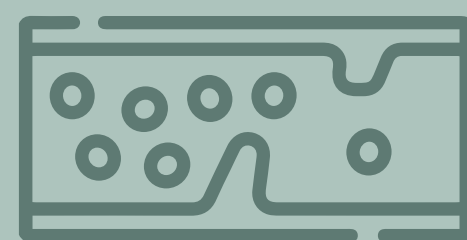
# Mg



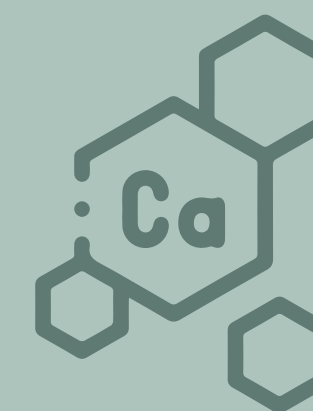
Возрастает тонус  
коронарных сосудов



Нарушается осмотический  
баланс, появляются отеки



Ускоряется формирование  
атеросклеротических  
бляшек и тромбов



Ухудшается  
усвоение кальция



Ухудшается  
углеводный обмен



Снижается устойчивость  
организма к стрессу  
и восстановлению  
после стресса

НОВИНКА

# Магний+ B6 АКТИВ



Улучшение  
циркуляции  
крови



Укрепление  
сосудов



Антистресс



Улучшение  
качества сна

Состав:  
цитрат магния, тальк пищевой  
(антислеживающий агент),  
желатин (оболочка капсулы),  
микрокристаллическая  
целлюлоза (носитель),  
витамин B6  
(пиридоксина гидрохлорид).



**300 мг**  
в одной  
порции\*

Рекомендации по применению:  
взрослым по 1 капсуле 3 раза в день во время еды.

Продолжительность приема – 1 месяц. Дозировка и продолжительность  
приема могут быть изменены по рекомендации специалиста.

Размер порции: 3 капсулы

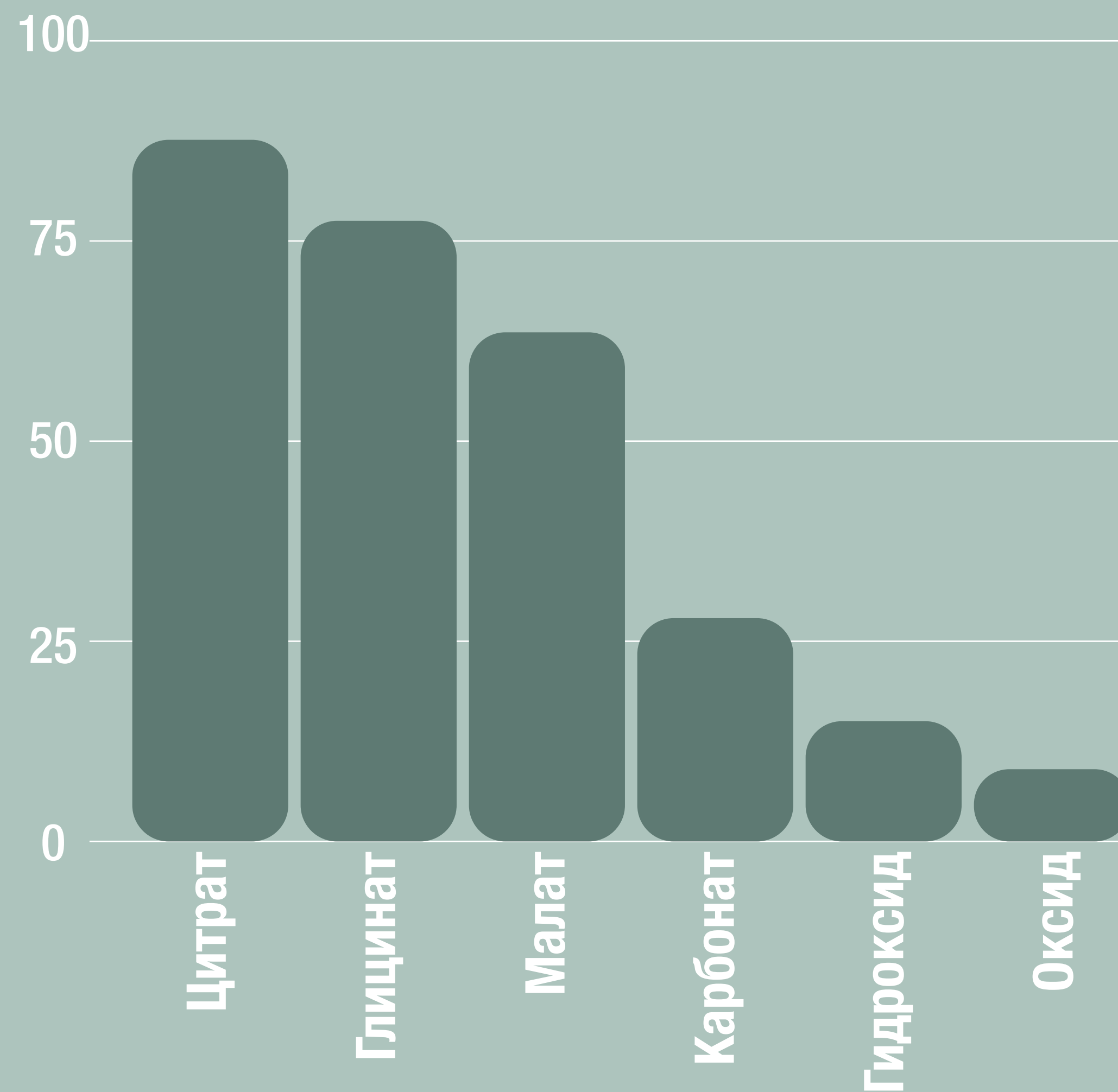
	Количество в 3 капсулах массой по 967 мг	% от суточной нормы
Магния цитрат, в т.ч. магний	2 073 мг 300 мг	75%
Витамин B6 (пиридоксина гидрохлорид)	6 мг	300%
Энергетическая ценность	0,4 ккал/1,7 кДж	



# Формы магния

**Mg**

Органические формы магния обладают большей биодоступностью, по сравнению с неорганическими





# Преимущества цитрата магния



Самая высокая скорость усвоения,  
по сравнению со всеми другими  
соединениями магния



Обладает максимально высокой  
растворимостью в воде – 90%.



Имеет крайне низкую токсичность



Эффективный тромболитик –  
снижает плотность крови

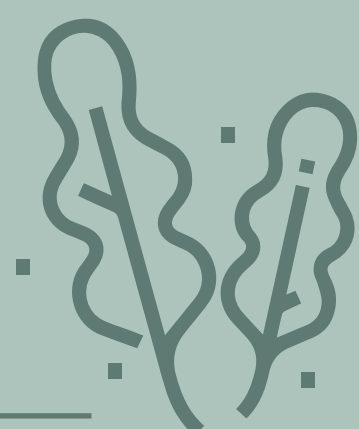


Эффективное средство  
в профилактике почечных камней

# Как обеспечить оптимальный уровень магния в организме



Чтобы обеспечить суточную норму магния в организме (200-300 мг) нужно съесть, например, 1 кг зеленого салата.



Растительные фитаты (шпинат, ревень, цельнозерновые, киноа, просо, амарант, бобовые, некоторые орехи) существенно затрудняют усвоение магния из растений.



Добавление лимонной кислоты или прием дополнительно витамина С или лактобактерий снижает действие фитатов и улучшает усвоение Mg.



Питание продуктами с высоким содержанием макроэлемента - **зеленые листовые овощи, бобовые, какао, крупы (пшеница, киноа), орехи и семена: миндаль, кешью, семена льна, семена тыквы, молоко, йогурт, черный шоколад, минеральная вода.**

**Для чего  
нужен  
ВИТАМИН В6**

**Мg и В6  
работают  
вместе**



**Витамин В6 помогает усваиваться магнию.**

**В6 оказывает нейро-, кардио-, гепатотропное действие, участвует в кроветворении, способствует пополнению энергетических запасов, поддержанию здоровья кожи, пищеварительного тракта, иммунной системы.**

# Выводы



1

**Магний+В6 Актив** – эффективная профилактика инфаркта миокарда, артериальной гипертензии, тромбообразования, нарушения сердечного ритма, сахарного диабета II типа, расстройства сна, остеопороза, запоров, мигреней, камней в почках, судорог конечностей, депрессий и других заболеваний.

2

Для профилактики перечисленных болезней **необходимо контролировать уровень магния в плазме крови**. Уровень Mg должен быть **не менее 0,8 ммоль/л**.

3

**Ежедневная норма поступления магния в организм – 300-400 мг.**

4

**Дополнительный прием даже всего 100 мг магния сутки снижает риск возникновения сахарного диабета II типа на 25%.**

5

**Цитрат магния – самая биодоступная форма магния.**







300 мг  
в одной  
порции\*



# Магний+ B6 АКТИВ



Улучшение  
циркуляции  
крови



Укрепление  
сосудов



Антистресс



Улучшение  
качества сна

