

# Ca-Mg Complex

# Вам это знакомо?

Утомляемость

Переломы и трещины

Упадок сил

Невроз

Тревожность

Снижение мышечного тонуса

Расстройство сна

Судороги

Слабость

Аритмия

Нервозность

Колебания артериального давления

# В чем причина?

## Дефицит

Ca

(Кальций)

Mg

(Магний)

# Ca и Mg в организме



Ca

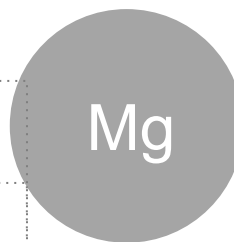
99 %

приходится на:

Зубную ткань

Костную ткань

Хрящевую ткань



Mg

53 % содержится в:

Костная ткань

Дентин и эмаль

20 % содержится в:

Мозг

Сердце

Мышцы

Почки

Печень

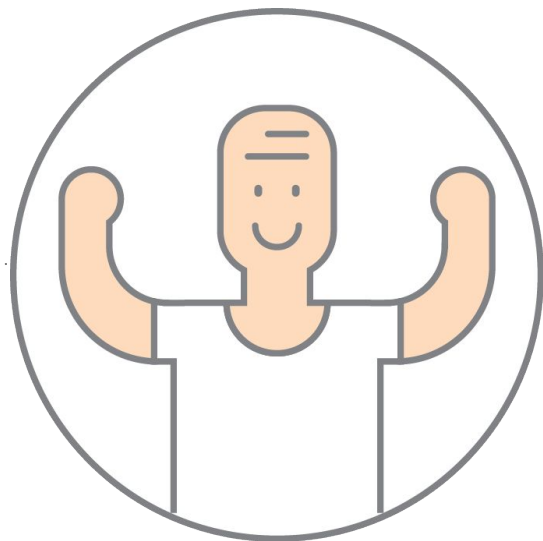
# Роль Са и Mg

- Стимулируют обмен ферментов, белков, жиров, нуклеиновых кислот
- Участвуют в выработке клеточной энергии АТФ
- Регулируют сосудистый тонус
- Поддерживают кислотно-щелочной баланс
- Участвуют в построении костей скелета, связок, сухожилий, ферментов и гормонов
- Усиливают обменные и биоэнергетические процессы в клетках организма
- Нормализуют сердечный ритм
- Повышают стрессоустойчивость

# Влияние Магния на здоровье



# Важен баланс



# Источники Са и Mg





# Дневная потребность

Ca

1000 мг

Mg

400 мг



660 гр  
жирного творога



1100 мл  
сливок 10%



80 г  
пармезана



10  
бананов



2 кг  
куриного мяса



1 кг  
краба камчатского



1300 г  
арахиса



33  
куриных яйца



1700 г  
картофеля

# А что еще?



# Уникальность «Ca-Mg Complex»

- Оптимальное соотношение Кальция и Магния
- Только органические формы минералов
- Усваивается на 75–90%
- Содержит синергичные компоненты, которые улучшают усвоение Ca и Mg: кремний, бор, витамин K<sub>2</sub>, витамин D<sub>3</sub>

# Кому это необходимо?

