



Magnesium + Calcium + D₃

Ein Multitalent für Herz, Knochen und Muskeln Wichtig bei starker körperlicher und geistiger Belastung

Eine optimale Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen ist eine wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit unseres Körpers.

Magnesium und Calcium sind zwei lebensnotwendige Mineralstoffe, die unser Körper für die Aktivierung und Erhaltung zahlreicher biologischer Prozesse im Körper benötigt. Der „**Calcium Einbauhelfer**“ **Vitamin D₃** steuert die Calciumaufnahme und fördert den Einbau in die Knochenstruktur.

Magnesium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den der Körper nicht selber bilden kann. Außerdem ist eine Speicherung nur in begrenztem Umfang möglich. Der hohe Verarbeitungsgrad von Lebensmitteln kann heutzutage dazu führen, dass die über die Nahrung aufgenommene Menge Magnesium nicht immer optimal ist. Bei der Zubereitung von Speisen können zusätzliche Verluste auftreten. Aber auch der häufige Gebrauch von Abführmitteln und der regelmäßige Genuss von Alkohol entzieht dem Körper Magnesium.

Magnesium

- ist wichtig für die Energieversorgung unserer Körperzellen
- spielt eine bedeutende Rolle bei der Aktivierung von Enzymen und beeinflusst somit den Energiestoffwechsel, die Funktion der Nervenzellen und des Muskelapparates
- auch der Herzmuskel, der Tag für Tag belastet wird, benötigt Magnesium

Calcium ist ein wesentlicher Bestandteil der Körpersubstanz (Knochen, Zähne) und lebensnotwendig für die Aufrechterhaltung folgender Körperfunktionen:

- Knochenaufbau und Knochenerhaltung
- Reizübertragung in Nerven und Zellen
- viel Calcium findet sich in der Muskulatur - dort ist es für die Muskelfunktion unerlässlich
- Calcium wird für die Blutgerinnung benötigt

Da Calcium fortwährend aus dem Körper ausgeschieden wird, sollte in jedem Lebensalter auf eine ausreichende Versorgung über die Ernährung geachtet werden - so auch im Sommer, wenn die Sonne auf die Haut brennt und die Pollen fliegen. Die deutsche „Nationale Verzehrsstudie“ (Ernährungsbericht 2004) ergab, dass in weiten Teilen der Bevölkerung die Calciumversorgung nicht optimal ist.

Vitamin D kann der Körper durch regelmäßige Einwirkung von Sonnenlicht auf die Haut selbst herstellen. Diese Eigenproduktion reicht in unseren Breitengraden jedoch oft nicht aus.

Eine Tablette enthält:

200 mg Magnesium, 400 mg Calcium, 5 µg Vitamin D₃

Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Tablette zu einer Mahlzeit mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen. Die Tabletten können bei Bedarf auch in zwei Hälften zerteilt werden.

Hinweis für Diabetiker:

1 Tablette entspricht 0,3 kcal / 1,0 kJ und 0,01 BE.

Die Kombination macht's!

In einer Tablette sind die zwei lebenswichtigen Mineralstoffe sinnvoll kombiniert mit dem „Calcium Einbauhelfer“ Vitamin D₃.

Auch in unserer Nahrung kommen Magnesium und Calcium nebeneinander vor. Beide Nährstoffe sind für die Reizübertragung der Nervenzellen sowie den Erhalt der Körpersubstanz



unerlässlich. Auch der Herzmuskel, der Tag für Tag belastet wird, benötigt Magnesium und Calcium. Vitamin D₃ ist wichtig für die gute Calciumverwertung.

Bei unausgewogener Ernährung oder einem erhöhten Nährstoffbedarf, z. B. durch:

- körperliche Anstrengungen (z. B. Sport)
- ungesunde Lebensweise (z. B. Tabak- und Alkoholgenuss)
- Stress

empfiehlt sich eine Nahrungsergänzung mit **Doppelherz Magnesium + Calcium + D₃ Tabletten**.

Für ältere Menschen und Frauen in den Wechseljahren kann die Ergänzung dieser beiden Mineralstoffe sowie Vitamin D₃ bei unausgewogener Ernährung besonders wichtig sein - unter anderem, weil der Organismus das Calcium dann nicht mehr so gut verwerten kann.

Schon 1 Doppelherz Magnesium + Calcium + D₃ Tablette täglich deckt zusammen mit dem üblicherweise durch die Nahrung aufgenommenen Magnesium und Calcium den durchschnittlichen **Tagesbedarf** eines Erwachsenen. Diese Kombination versorgt uns mit wichtigen Nährstoffen in Zeiten erhöhter geistiger und körperlicher Belastung und kann unserem Körper dabei helfen, gesund und leistungsfähig zu bleiben.



Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und freuen uns, dass Sie sich für ein Qualitätsprodukt von Doppelherz entschieden haben.

Ihre Meinung liegt uns am Herzen.

Haben Sie Fragen oder Anregungen, dann schreiben Sie uns bitte. Gern möchten wir uns um Ihre Wünsche kümmern.

Mit der Beantwortung der folgenden Fragen helfen Sie mit, dass wir uns in Zukunft optimal auf die Bedürfnisse der Verwender von Doppelherz-Produkten einstellen können. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben, und die strengen Datenschutzaufgaben werden natürlich garantiert eingehalten. Für Ihre Mithilfe bedanken wir uns ganz herzlich!

1.) Wie sind Sie auf Doppelherz Magnesium + Calcium + D₃ aufmerksam geworden?

<input type="checkbox"/> Zeitung / Zeitschrift	<input type="checkbox"/> Internet
<input type="checkbox"/> Fernsehen	<input type="checkbox"/> Apotheke
<input type="checkbox"/> Bekannte / Verwandte	<input type="checkbox"/> Drogeriemarkt / Verbrauchermarkt
	<input type="checkbox"/> _____

2.) Sind Sie zufrieden mit dem Präparat?

Ja Nein, weil _____

3.) Was wollten Sie uns schon immer sagen?

4.) weiblich männlich Alter: _____

email: _____

Ja, ich möchte kostenloses Informationsmaterial an folgende Adresse geschickt bekommen:

Bitte einschicken an: Queisser Pharma GmbH & Co. KG, Schleswiger Str. 74, 24941 Flensburg.
Weitere Informationen unter: www.doppelherz.de oder email: info@queisser.de

