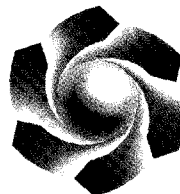


# Bioelectra<sup>®</sup>

---

## MAGNESIUM



**Brausetabletten zur täglichen Magnesium-Versorgung  
mit dem fruchtigen Geschmack der Zitrone.**

### **Magnesium – der unentbehrliche Mineralstoff für Ihr Wohlbefinden.**

Magnesium ist für den Menschen lebenswichtig. Herz, Nerven und Muskeln brauchen diesen Mineralstoff. Daneben ist Magnesium auch an der Aktivierung von über 300 Enzymen beteiligt, die für einen reibungslosen Ablauf zahlreicher Stoffwechselfvorgänge sorgen.

Der Körper kann Magnesium nicht selbst produzieren, deshalb ist eine tägliche Zufuhr über die Nahrung erforderlich. Doch magnesiumarme Nahrungsmittel, einseitige Ernährung, Stress, schweißtreibende Sportarten, stark beanspruchte Muskeln, übermäßiger Alkoholgenuß etc. machen es oft schwierig, die notwendige Tagesmenge von 300 bis 400 mg (Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung) zu erreichen.

Eine Unterversorgung kann sich in erhöhter Stressanfälligkeit, herabgesetzter Belastbarkeit und Schwankungen des Allgemeinbefindens äußern.

Um mit der Magnesium-Versorgung auf der sicheren Seite zu sein, empfiehlt es sich, täglich 1–2 Bioelectra Magnesium-Brausetabletten zu trinken.

Bioelectra Magnesium-Brausetabletten. Diätetisches Lebensmittel mit Süßungsmitteln zur täglichen Magnesium-Versorgung. Zur Deckung des täglichen sowie eines physiologisch erhöhten Magnesium-Bedarfs. Geeignet zur besonderen Ernährung bei Diabetes mellitus im Rahmen eines Diätplanes sowie bei kalorienarmer Ernährung.

### **Verzehrempfehlung**

Eine Brausetablette in 1/2 Glas (150 ml) Wasser aufgelöst trinken. Bei physiologisch erhöhtem Bedarf bis zu 2 Brausetabletten täglich.

Diätetische Lebensmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

### **Zusammensetzung pro Brausetablette**

Magnesium 150 mg

### **Zutaten**

Säuerungsmittel (Citronensäure), Natriumcarbonat, Magnesiumoxid 249 mg pro Tablette (166 mg/100 ml), Kaliumhydrogencarbonat 205 mg pro Tablette (137 mg/100 ml), Maltodextrin, Reisstärke, Süßstoffe (Saccharin, Cyclamat), Aroma, Natriumchlorid, Natriumcitrat.

Verwertbare Kohlenhydrate pro Tablette 0,1 g, in 100 g 2,88 g. Brennwert unter 50 kJ (12 kcal) in 100 ml. 1 Brausetablette = 0,01 BE (Broteinheiten)

### **Packungsgrößen**

Packung mit 20 und 40 Brausetabletten. Jede Tablette einzeln frischeversiegelt.

### **Trocken lagern.**

### **Nur in Apotheken erhältlich!**

### **HERMES ARZNEIMITTEL GMBH**

Pharma • Ernährung • Kosmetik  
Georg-Kalb-Str. 5–8  
82049 Großhesselohe/München  
[www.hermes-arzneimittel.de](http://www.hermes-arzneimittel.de)

---

**HERMES**

---

**Die Bioelectra-Serie ermöglicht Ihnen mit Bioelectra Magnesium, Bioelectra Calcium und Bioelectra Zink eine sichere und schnelle Nährstoffzufuhr!**

**Wichtige Nährstoffe für den Körper: Magnesium, Calcium und Zink**

Untersuchungen bestätigen immer wieder, dass die Versorgung mit diesen lebenswichtigen Nährstoffen meist nicht ausreicht.

**Magnesium<sup>1</sup>  
wichtig für Enzym-  
Aktivierung**

- bei Stress und hohen Anforderungen
- bei übermäßigem Alkoholgenuß
- bei sportlicher Aktivität
- bei chronischer Arzneimittelaufnahme
- in Schwangerschaft und Stillzeit

<sup>1</sup> Mineralstoff

**Calcium<sup>1</sup>  
wichtig für Knochen und  
Wachstum**

- zur Stärkung der Knochen
- bei unausgewogener Ernährung (zu wenig Milchprodukte)
- bei Fasten- und Diätkuren

**Zink<sup>2</sup>  
wichtig zur Bildung von über  
300 Enzymen**

- stärkt das Immunsystem
- mobilisiert die Abwehrkräfte
- unterstützt das gesunde Wachstum von Haut und Haaren
- bei einseitiger Ernährung
- bei vegetarischer Ernährung

<sup>2</sup> Spurenelement

**Magnesiumzufuhr    Milligramm/Tag**

	m		w	
<b>Kinder</b>				
1 bis unter 4 Jahre		80		
4 bis unter 7 Jahre		120		
7 bis unter 10 Jahre		170		
10 bis unter 13 Jahre	230		250	
13 bis unter 15 Jahre		310		

**Jugendliche und Erwachsene**

15 bis unter 19 Jahre	400	350
19 bis unter 25 Jahre	400	310
25 bis 65 Jahre und älter	350	300

**Schwangere**

unter 19 Jahre	350
über 19 Jahre	310

**Stillende**

	390
--	-----

**Calciumzufuhr    Milligramm/Tag**

	m		w	
<b>Kinder</b>				
1 bis unter 4 Jahre		600		
4 bis unter 7 Jahre		700		
7 bis unter 10 Jahre		900		
10 bis unter 13 Jahre		1100		
13 bis unter 15 Jahre		1200		

**Jugendliche und Erwachsene**

15 bis unter 19 Jahre	1200
19 bis 65 Jahre und älter	1000

**Schwangere**

unter 19 Jahre	1200
über 19 Jahre	1000

**Stillende**

unter 19 Jahre	1200
über 19 Jahre	1000

**Zinkzufuhr    Milligramm/Tag**

	m		w	
<b>Kinder</b>				
1 bis unter 4 Jahre		3		
4 bis unter 7 Jahre		5		
7 bis unter 10 Jahre		7		
10 bis unter 13 Jahre	9		7	
13 bis unter 15 Jahre	9,5		7	

**Jugendliche und Erwachsene**

15 bis 65 Jahre und älter	10	7
---------------------------	----	---

**Schwangere (ab 4. Monat)**

	10
--	----

**Stillende**

	11
--	----

Die von der DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) empfohlene Zufuhr von Magnesium, Calcium, Zink in: D\_A\_CH „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“ 2000. (m = männlich/w = weiblich)

✂-----

**Ja, senden Sie mir kostenlos die Bioelectra Magnesium Informationsbroschüre mit Gesundheitstest zu!**

Name: .....

Vorname: ..... Geburtsdatum: .....

Straße, Nr.: .....

PLZ: ..... Ort: .....

Aus Datenschutzgründen: Mit der Speicherung meiner Adresse und der Zusendung weiterer Informationsunterlagen bin ich einverstanden. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.

Datum/Unterschrift: .....

77150-0907