

# Kalium Magnesium Citrat

Magnesium gilt als Tausendsassa unter den Mikronährstoffen. Es ist an mehr als 300 Stoffwechselfvorgängen in unserem Körper beteiligt und wird in fast allen Geweben gespeichert. Magnesium ist wichtig für die Aufrechterhaltung der Elektrolytbalance in den Zellen, trägt zu einer normalen Zellteilung bei und unterstützt gesunde Nerven- und Muskelfunktionen. Es wird für einen normalen Energiehaushalt benötigt, spielt eine Rolle bei psychischen Funktionen und hilft bei der Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung.

Der Mineralstoff Kalium arbeitet in den Zellen eng mit Natrium zusammen. Die Natrium-Kalium-Pumpe sorgt für unterschiedliche Konzentrationen von Natrium und Kalium im inter- und extrazellulären Raum. Dies ist für die Entstehung von elektrischen Impulsen an Nerven- und Muskelzellen voraussetzend.

Die vom Elektrolyt Kalium abhängigen Prozesse im Körper benötigen häufig auch Magnesium, weshalb sie auch als physiologische Partner bezeichnet werden. Bei starkem Schwitzen, aber auch bei einem erhöhten Bedarf wie salzreiche Ernährung und geringe Flüssigkeitszufuhr sollte auf eine ausreichende Kaliumzufuhr geachtet werden. Vor allem Menschen, die sich gerne bewegen oder sportlich unterwegs sind, sollten auf ihren Kaliumhaushalt achten.



- Kalium und Magnesium in gut bioverfügbaren organischen Citratverbindungen
- Kalium und Magnesium tragen zur normalen Funktion von Muskeln und Nervensystem bei
- Kalium unterstützt die Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks
- Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- Magnesium leistet einen Beitrag zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- Magnesium hat eine Funktion bei der Zellteilung

**Zutaten:** Kaliumcitrat, Magnesiumcitrat, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle).

**Verzehrempfehlung:** Täglich 2 x 1 Kapsel mit viel Flüssigkeit zwischen den Mahlzeiten verzehren.

Inhaltsstoffe pro Tagesdosis:	2 Kapseln	% NRV*
Kalium	475 mg	24
Magnesium	120 mg	32

\*% der Referenzmenge nach EU-Verordnung 1169/2011.

## 60 Kapseln

PZN (AT) 4064994, PZN (D) 01891194  
Inhalt: 65 g, Nahrungsergänzungsmittel

Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern. Vor Wärme schützen. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Ohne Farbstoffe, laut Gesetz ohne Konservierungsstoffe. Hinweis: Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Eine gesunde Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

## NICApur® Premium Nährstoffe

Vertrieb Österreich:  
NICApur® Micronutrition GmbH | Urstein Süd 17/1 | A-5412 Puch/Salzburg | Tel.: +43 (0)820 / 988 730 | office@nicapur.com  
Vertrieb Deutschland:  
Dexcel® Pharma GmbH | Carl-Zeiss-Straße 2 | D-63755 Alzenau | Tel.: +49 (0)800 / 284 37 50 | service@dexcel.com

 /nicapurvollerleben  /nicapurvollerleben  /nicapur

