# Swiss Energy Magnesium + В комплекс витаминов таблетки шипучие

Магний способствует нормальному функционированию нервной системы, уменьшению усталости и нормализует электролитный баланс. Комплекс витаминов В содействует метаболизму и улучшает работу сердца. Рекомендуется при физических нагрузках и стрессах.

|  |  |
| --- | --- |
| Магний /Сульфат магния / | 150 мг |
| Витамин B6 /Пиридоксина гидрохлорид / | 1 мг |
| Витамин B2 /Рибофлавин-5-фосфат натрия / | 0,8 мг |
| Витамин B1 /Тиамина гидрохлорид / | 0,7 мг |
| Витамин B12 /Цианокобаламин / | 0,5 мкг |

**Описание**

Комбинация витаминов группы B и магния прежде всего помогает бороться с ежедневным стрессом, уменьшает усталость, подавляет беспричинную тревогу, повышенную раздражительность и апатию.

Магний принимает непосредственное участие в функционировании нервной, сердечно-сосудистой и эндокринной систем. Участвует в регуляции передачи нервных импульсов и в сокращении мышц, в большинстве реакций обмена веществ, способствует производству и потреблению энергии, играет важную физиологическую роль в поддержании ионного баланса. Недостаток магния проявляется в виде нервно-мышечных нарушений (мышечная слабость, дрожание, судороги), нарушений сердечного ритма (экстрасистолия, тахикардия) и нарушений деятельности желудочно-кишечного тракта (боли, спазмы).

Комплекс витаминов включает в себя рибофлавин (В2), тиамин (В1) и пиридоксин (В6). Все эти витамины участвуют в процессах обмена веществ и оказывают положительное воздействие на пищеварение, сокращая расход энергии организма. Витамин В12 способствует нормализации кровяного давления, стабилизации работы мозга и нервной системы, преодолению бессонницы и предотвращению депрессии. Он также необходим при формировании эритроцитов и оболочек нервных клеток.

Комплекс витаминов группы B обладает антистрессовым эффектом и дополняет эффект магния.

### Дозировка

**Рекомендуемая доза:** 1 таблетка в сутки.

**Способ применения:** взрослым и детям старше 14 лет растворить одну таблетку в 200 мл (стакане) воды. Употреблять один раз в сутки во время или после еды. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

**Предупреждение:** повышенная чувствительность к компонентам. Женщинам в период беременности и лактации нужно проконсультироваться с врачом. Не превышайте рекомендованную суточную дозу. Не употребляйте после срока годности, указанного на упаковке. Не рекомендуется детям до 14 лет. Хранить в недоступном для детей месте. Плотно закрывайте крышку. Перед первым приемом убедитесь в целостности упаковки.

Без искусственных красителей, ароматизаторов и консервантов. Не содержит лактозы и глютеносодержащих ингредиентов. Подходит для веганов.

**Срок хранения:** 2 года.

**Условия хранения:** хранить в плотно закрытой первичной упаковке в сухом месте, при температуре до 25 °С. Избегать попадания прямых солнечных лучей. Хранить в недоступном для детей месте.