

Link do produktu: <http://www.risesupplements.com.pl/jablczan-magnezu-magnesium-malate-90-kapsulek-po-115mg-p-27.html>



## Jablczan Magnezu (Magnesium Malate) 90 Kapsułek po 115mg

|              |                      |
|--------------|----------------------|
| Dostępność   | <b>Dostępny</b>      |
| Czas wysyłki | <b>24 godziny</b>    |
| Kod EAN      | <b>0826844038630</b> |

### Opis produktu

## Jablczan Magnezu (Magnesium Malate) 90 Kapsułek po 115mg - Rise Supplements ®

Magnez jest jednym z kluczowych pierwiastków dla prawidłowego funkcjonowania naszego organizmu. Jest on niezbędny m.in. do produkcji witaminy D3, białek, a także ATP i DNA. Prawidłowa podaż magnezu jest konieczna dla zachowania właściwej sprawności mięśni. Jego niedobory bezwzględnie powinni uzupełniać sportowcy, bowiem ma on pozytywny wpływ na regenerację potreningową, a także pomaga w zapobieganiu występowaniu bolesnych skurczów. Jablczan magnezu to suplement diety będący bardzo dobrze przyswajalną formą magnezu. Świetnie się wchłania, przez co jest jedną z najczęściej rekomendowanych postaci tego pierwiastka. Co istotne, jablczan magnezu nie powoduje obciążenia układu pokarmowego. Wykazuje właściwości alkalizujące, dzięki czemu nie wywołuje nadkwasoty, ani bólów żołądka.

Zażywanie magnezu w takiej formie pozwala skutecznie uzupełnić jego niedobory, co przekłada się nie tylko na lepsze funkcjonowanie mięśni, ale także poprawę funkcji kognitywnych i pozbycie się uczucia zmęczenia. Pierwiastek ten reguluje poziom neurotransmiterów, a także uczestniczy w przekazywaniu sygnałów nerwowych, przez co ma ogromne znaczenie dla funkcjonowania układu nerwowego. Przy zachowaniu jego prawidłowego poziomu, lepiej radzimy sobie ze stresem i możemy cieszyć się lepszym ogólnym samopoczuciem. O suplementacji jablczanu magnezu powinni pomyśleć więc wszystkie osoby, które zmagają się z ciągłym uczuciem zmęczenia czy przygnębienia. Składnik ten jest nawet w stanie ograniczyć występowanie stanów depresyjnych oraz lękowych.

### Pozytywne efekty suplementacji Jablczan Magnezu

- Poprawia ogólną sprawność mięśni.
- Zapobiega występowaniu bolesnych skurczów.
- Pomaga w utrzymaniu zdrowych kości.
- Ma pozytywny wpływ na stan zębów.
- Polepsza kondycję skóry i nadaje jej młody wygląd.
- Wspiera układ pokarmowy oraz funkcjonowanie jelit.
- Może przynieść ulgę w zaparciach.
- Wspiera prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego.
- Przyczynia się do prawidłowej syntezy białek.
- Pomaga pozbyć się uczucia zmęczenia i znużenia.
- Pomaga radzić sobie ze stresem i utrzymać dobry nastrój.
- Zmniejsza częstotliwość występowania bólu głowy.
- Wyzwala neuroprzekazniki i pozytywnie wpływa na układ hormonalny.

### Kto może skorzystać na przyjmowaniu Jablczan Magnezu?

Jablczan Magnezu jest jedną z najlepiej przyswajalnych form tego pierwiastka. To sprawia, że na przyjmowaniu tego suplementu diety może skorzystać każdy, kto zmagają się z niedoborem magnezu. W związku z jego brakiem miewa takie dolegliwości jak częste bóle głowy, drżenie powiek, skurcze nóg, rozdrażnienie, ciągły brak energii, permanentne uczucie znużenia czy rozdrażnienie.

Niestety, ze względu na stresujący tryb życia i stosowanie ubogiej diety, opierającej się na produktach wysokoprzetworzonych,

---

na niedobór magnezu narażony jest każdy z nas. Czynnikiem zwiększającym ryzyko jego niedostatecznego poziomu są picie dużej ilości kawy, niewystarczająca ilość odpoczynku, a także spożywanie niewielkich ilości ciemnego pieczywa, roślin strączkowych oraz ryb i owoców morza. Prowadząc taki tryb życia, warto rozważyć suplementację tego pierwiastka pod postacią jabłczanu magnezu, który jest szczególnie łatwo przyswajalny. W przeciwieństwie do innych form, o wiele lepiej się wchłania, zapewniając szybsze i bardziej skuteczne działanie. Z pewnością docenią to osoby, które często trenują, a także prowadzą intensywny tryb życia, przez co potrzebują być w pełni sprawne fizycznie i mieć dużo energii. Warto dodać, że na niedobór magnezu narażone są osoby w każdym wieku, zwłaszcza mające problemy z nadciśnieniem tętniczym, cukrzycą typu 2 czy z zaburzeniami przepływu powietrza w układzie oddechowym.

**Dawkowanie:**

Zaleca się przyjmować 1 kapsułka dziennie

Wyprodukowano w Unii Europejskiej

Kapsułki wegetariańskie

Data ważności: 31.07.2026r.

**Skład:**

Jabłczan Magnezu 500mg (dostarczający 115mg Jonów magnezu), HPMC (wegetariańska otoczka kapsułki), stearynian magnezu (środek przeciwzbrylający), celuloza mikrokrystaliczna (środek wypełniający)