Dane aktualne na dzień: 16-11-2026 02:04

Link do produktu: https://www.deesis.com.pl/magnez-potas-wapn-cytryniany-suplement-diety-300-g-p-3790.html



Magnez-Potas-Wapń. Cytryniany - suplement diety 300 g

Cena	**87.00 zł**
Kod EAN	**4041246501674**
Producent	**Dr. Jacobs**

Opis produktu

Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS

suplement diety

Wcześniejsza nazwa produktu to pH balans PLUS.

Magnez, potas i wapń w formie cytrynianów, witamina D i B_1 oraz cynk.

zawartość netto 300g - 50 porcji

ok. 1,58 za porcję dzienną

produkt wegetariański

Na unikalność formuły Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS składają się:

- dobra rozpuszczalność i przyswajalność minerałów,
- smak owocowej świeżości z prawdziwej cytryny,
- bogactwo cytrynianów – substancje działające zasadowo,
- błonnik z włókna akacji,
- ważne dla zdrowia organiczne potas, magnez, cynk oraz witaminy D i B_1,
- zdrowy mleczan wapnia (bez składników z mleka).

Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS jest wzorowany na naturze. Zawiera błonnik, minerały organiczne, dużo potasu i bardzo mało sodu oraz wapń i magnez w idealnym stosunku około 3:2.

Składniki Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS mają naukowo udowodniony korzystny wpływ na zdrowie oraz funkcjonowanie organizmu:

Cynk – pomaga w utrzymaniu równowagi kwasowo-zasadowej, bierze udział w metabolizmie kwasów tłuszczowych i węglowodanów, pomaga zachować zdrowe włosy, paznokcie, skórę oraz kości, pomaga utrzymać prawidłowe widzenie, pomaga w prawidłowej pracy układu odpornościowego.

Potas – pomaga w prawidłowej pracy układu nerwowego, pracy mięśni (w tym serca) oraz pełni ważną rolę w utrzymywaniu prawidłowego ciśnienia krwi.

Magnez – przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego (wytwarzanie energii, siła mięśni), pomaga w prawidłowej pracy mięśni, przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia, pomaga w pracy układu nerwowego, utrzymaniu funkcji poznawczych i psychologicznych, pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów

Wapń – przyczynia się do prawidłowego krzepnięcia krwi, metabolizmu energetycznego (wytwarzanie energii), pomaga w prawidłowym utrzymaniu mięśni, przekaźnictwie nerwowym, a także w utrzymaniu zdrowych kości i zębów.

Witamina D – pomaga w prawidłowym przyswajaniu wapnia i utrzymywaniu jego poziomu we krwi, bierze udział w utrzymaniu zdrowych kości i zębów oraz funkcjonowaniu mięśni, pomaga w prawidłowej pracy układu odporności.

Tiamina (witamina B_1) – pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego oraz w utrzymaniu funkcji psychologicznych, przyczynia się do prawidłowego metabolizmu energetycznego, pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu serca.

Błonnik – naturalny błonnik z włókna akacji wspomaga pracę jelit i odżywia bakterie jelitowe.

Dla prawidłowego ciśnienia krwi

Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS jest bogaty w potas i ubogi w sód. Stosunek sodu do potasu jest szczególnie ważny dla utrzymania normalnego ciśnienia krwi. Dlatego dietetycy zalecają dietę niskosodową z dużą zawartością potasu, do której organizm ludzki jest przystosowany na drodze ewolucji. Owoce i warzywa są bogate w potas i mają niską zawartości sodu, stanowią przez to ważną część diety. Sód jest składnikiem soli kuchennej i jest głównie spożywany w solonych i przetworzonych produktach spożywczych (przyprawy, chleb, wędliny, itp.).

American Heart Association zaleca spożywanie codziennie maksymalnie 4,7 g potasu i jedynie 1,5 g sodu (ok. 3,8 g soli). Jednakże większość ludzi przyjmuje zbyt wiele sodu oraz zbyt mało potasu (w Niemczech około 90% kobiet i 75% mężczyzn nie wypełnia powyższych zaleceń).

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia:

- osoby w wieku 15-65 lat: 1–2 razy płaska miarka (ok. 6 g);

- osoby w wieku 5-15 i powyżej 65 lat: jedna miarka.

Proszek rozmieszać w 250 ml wody lub soku i pić do posiłku. Miarka w opakowaniu.

Wstrząsnąć przed pierwszym otwarciem.

Propozycja użycia produktu:

Izotoniczny napój zasadowy: aby uzyskać optymalne wchłanianie, rozpuścić miarkę **Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS** w litrze lekko gazowanej wody, do smaku dodaj nieco soku z cytryny.

Napój zawiera drobno zmielone kawałki **cytryny**. **Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS** można pić jako napój z posiłkami.

Z **Magnez Potas Wapń Cytryniany PLUS** zrobisz zdrowy napój orzeźwiający o lekko cytrusowym smaku.

Nie zawiera sztucznych aromatów, barwników i konserwantów. Ekstrakt z liści stewii nadaje mu lekko słodki smak, a drobno zmielone kawałki cytryny dodają orzeźwienia.

UWAGA: Pełna porcja dzienna produktu (2 miarki) nie powinna być spożywana przez osoby starsze, osoby z chorobami nerek, z cukrzycą insulinooporną, z nadciśnieniem tętniczym, z zaburzeniami rytmu serca.

Nie stosować przy: niewydolności nerek, alkalozie, hiperkaliemii. Przy zaburzeniach poziomu potasu stosować tylko po konsultacji z lekarzem. Nadmierne spożycie może mieć działanie przeczyszczające.

Przyjmując pełną porcję dzienną (2 miarki) nie potrzebujesz żadnych innych suplementów diety zawierających wapń i cynk.

Składniki: cytrynian potasu, mleczan wapnia, cytrynian magnezu (sól magnezowa kwasu cytrynowego), włókna akacji (7%), cytryna w proszku (5%), węglan magnezu, kwas cytrynowy (regulator kwasowości), glikozydy stewiowe (substancja słodząca), cytrynian cynku, chlorowodorek tiaminy (witamina B_1), cholekalcyferol (witamina D_3).

Nie przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Przechowywać w szczelnie zamkniętym opakowaniu w sposób

niedostępny dla małych dzieci. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zrównoważonej diety. Ważna jest zrównoważona dieta oraz zdrowy tryb życia.

Dobroczynne cytryniany

Optymalnymi składnikami preparatu odkwaszającego są związki pochodzenia roślinnego, cytryniany: potasu, magnezu, wapnia. W przeciwieństwie do innych substancji zasadowych nie powodują one zmiany pH w jelitach – działają dopiero w komórkach. Ponadto są one podstawowym paliwem dla skomplikowanego łańcucha reakcji chemicznych (cykl Krebsa), procesu, w którym komórka wytwarza energię. Jednakże, aby zostały one w pełni przyswojone i zadziałały prawidłowo, powinny być one połączone z cynkiem (istotny dla powstania enzymu odkwaszającego: anhydrazy węglanowej). Aby cytrynian wapnia dobrze się wchłonął, powinien być on podawany razem z witaminą D.

Suplementacja diety cytrynianami ważna jest nie tylko dla osób z zakwaszeniem, ale także dla kobiet po 40. roku zycia i osób starszych. **Wapń, potas i magnez** nie tylko wpłyną korzystnie na ogólny stan zdrowia i wydolność, ale wzmocnią kości (wapń) oraz mięśnie (magnez). Mięśnie do swej prawidłowej pracy potrzebują nie tylko paliwa (glukozy), ale także magnezu, wapnia i potasu, które wpływają na ich siłę i wytrzymałość.

Potas i magnez, zawarte w cytrynianach, normalizują pracę układu nerwowego i mięśni, ciśnienie krwi (potas) i rytm serca (magnez). Zalecana dzienna dawka potasu w Polsce to 2000 mg.

Magnez jest konieczny do prawidłowej pracy nerwów i mięśni. Zmniejsza zmęczenie. Zbyt małe spożycie objawia się np. przez skurcze łydek, podwyższone napięcie mięśni, drganie powieki.