

magnerot® CLASSIC N



Muskel - und Wadenkrämpfe?

Magnesiummangel
wirkungsvoll und sanft behandeln.

Muskelkrämpfe und Verspannungen: Beschwerden, die jeder kennt.

Wer hat es nicht schon erlebt – Muskelverspannungen an Nacken und Schulter, der schmerzhafte Wadenkrampf, der einen mitten in der Nacht weckt oder ein plötzlicher Schmerz im Oberschenkel bei der üblichen Laufrunde?

Verspannungen können sich in den unterschiedlichsten Muskelpartien zeigen. Bei über 90 % der jüngeren Erwachsenen treten vereinzelt Muskelkrämpfe auf und die älteren, über 65-Jährigen leiden sogar regelmäßig unter Krämpfen.¹



Warum ist Magnesium so wichtig?

Ganz gleich, ob Sie mit dem E-Bike fahren, wandern, gärtnern oder bei hohen Temperaturen arbeiten: Wer sich viel bewegt oder sogar Sport macht, braucht mehr Magnesium.

Eine unzureichende Magnesiumversorgung kann die Muskelfunktion beeinträchtigen und die Anfälligkeit für Muskelfaserrisse und Zerrungen steigt. Darüber hinaus kann ein Mangel auch Ursache für Muskel- und Wadenkrämpfe sein.

Was sind die Risikogruppen für einen Magnesiummangel?



Sportler und besonders Aktive



Patienten, die regelmäßig Medikamente einnehmen (z. B. Blutdrucksenker)



Bluthochdruck-Patienten



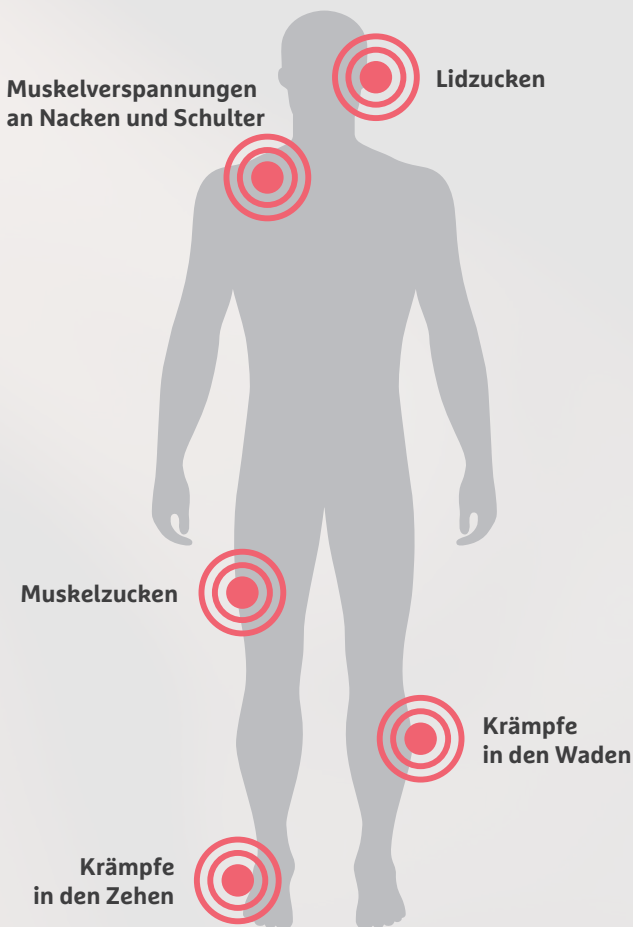
Diabetiker



Menschen mit Stress

Vielfältig: die Symptome eines Magnesiummangels

Ein Magnesiummangel kann sich in einer Vielzahl von Beschwerden bemerkbar machen, dazu gehören nicht nur Muskelkrämpfe, Verspannungen und Zuckungen. **Auch die Herz-Kreislauf-Funktion kann betroffen sein und sich durch einen erhöhten Blutdruck äußern. Ebenso gehören Schlafstörungen und Reizbarkeit zu den typischen Symptomen.²**



Wie kann ich einen Magnesiummangel effektiv ausgleichen?

➔ Beim Kauf eines Magnesium-Präparates auf Magnesiumorotat achten.

Wie gut Magnesium vom Körper aufgenommen wird, hängt wesentlich von der Magnesiumverbindung ab, wie eine aktuelle Studie bestärkt.³ Wissenschaftler beobachteten in einem Simulations-Modell des Magen-Darm-Trakts erhebliche Unterschiede zwischen verschiedenen Magnesium-Präparaten. **Besonders Magnesiumorotat wurde hier sehr gut bewertet.**

➔ Magnesium nicht zu hoch dosieren

Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) rät, nicht mehr als 250 Milligramm Magnesium pro Tag zusätzlich über Nahrungsergänzungsmittel aufzunehmen. Außerdem solle man die Tagesdosis auf mindestens zwei Einnahmen verteilen. **Die Verbraucherzentrale hatte in einer Stichprobe ermittelt, dass viele Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium aus der Drogerie überdosiert sind.**⁴ 57 Prozent waren es im Jahr 2020 (2016: 64 Prozent).⁵ Die Folgen dieser Überdosierung können Nebenwirkungen wie Durchfall sein, warnt das BfR. **Ein wohldosiertes, gut verträgliches Magnesiumpräparat ist das Arzneimittel magnerot® Classic N.**



Wirkungsvoll und sanft bei Muskelkrämpfen



Top Google Bewertungen⁶



Einzigartig: magnerot® CLASSIC N mit der organischen Magnesiumorotat-Verbindung

- Studie³ belegt: schnelle Wirkstoff-Freisetzung innerhalb von 10 Minuten*
- effektive und sanfte Therapie von Muskel- und Wadenkrämpfen bei Magnesiummangel
- Individuell dosierbar
- Gluten- und gelatinefrei
- Bewährt seit über 35 Jahren

1 Lindemuth R. et al. S1-Leitlinie Crampi/Muskelkrampf. 2017. In: Deutsche Gesellschaft für Neurologie, Hrsg. Leitlinien für Diagnostik und Therapie in der Neurologie. Online: www.dgn.org/leitlinien. **2** Gröber U, Schmidt J, Kisters K. Magnesium in Prevention and Therapy. *Nutrients* 2015; 7(9): 8199-226. **3** Blancquaert L, Vervaeke C, Derave W. *Nutrients*. 2019; 11(7):1663. Ergebnis aus Labor-Freisetzungstest (*). **4** Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) (2021). Höchstmengenvorschläge für Magnesium in Lebensmitteln inklusive Nahrungsergänzungsmitteln. **5** Verbraucherzentrale, <https://www.verbraucherzentrale.de/wissen/projekt-klartext-nem/marktcheck-magnesiumhaltige-nahrungsergaenzungsmittel-oft-ueberdosiert-13398>. **6** 187 Rezensionen Stand 04.02.2022

magnerot® CLASSIC N. Wirkstoff: Magnesiumorotat Dihydrat 500 mg. **Anwendungsgebiete:** Magnesiummangel, wenn er Ursache für Stör. d. Muskeltätigkeit (neuromuskul. Stör., Wadenkrämpfe) ist. Prävention ei. Magnesiummangels bei erhöhtem Bedarf. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Wörwag Pharma GmbH & Co. KG, 71034 Böblingen

