

Link do produktu: <https://www.vitavita.pl/strong-bones-100kaps-wapn-z-magnezem-p-49.html>



## Strong Bones 100kaps. wapń z magnezem

Cena	<b>63,00 zł</b>
Numer katalogowy	<b>CV0281</b>
Producent	<b>Calivita</b>

### Opis produktu

STRONG BONES

**Starasz się dbać o siebie na co dzień? Pielęgnujesz włosy, skórę... Ale czy myślisz o kościach? Osteoporozie można zapobiec! Odpowiedni zestaw wapnia i magnezu pozwoli Ci zachować pełną sprawność- nawet w jesieni życia!**

#### **WAPŃ**

Podstawowy składnik kości i zębów, które w sumie zawierają 99% ogółu tego pierwiastka w organizmie. Pozostały procent ustrojowego wapnia odgrywa ważną rolę w licznych procesach fizjologicznych:

- uaktywnia wiele enzymów,
- uczestniczy w krzepnięciu krwi,
- wspomaga wchłanianie żelaza,
- łagodzi bezsenność,
- poprawia działanie układu nerwowego i krwionośnego oraz
- zwiększa odporność.

Niedobór tego pierwiastka u dzieci może powodować krzywicę (głównie w przypadku jednoczesnych niedoborów witaminy D) a u nastolatków bóle wzrostowe kości. U dorosłych niedostateczny podaż wapnia w diecie związana jest z osteomalacją (rozmiękczenie kości) i osteoporozą. Na brak tego składnika w organizmie może wskazywać duża podatność na stres, alergia, zwiększona skłonność do stanów zapalnych, bolesne skurcze mięśni oraz nasilone problemy z próchnicą zębów.

W przewodzie pokarmowym wapń jest narażony na kontakt z substancjami, które go wiążą i czynią bezużytecznym.. „Wrogami” wapnia są tłuszcze, kwas szczawiowy (obecny np. w czekoladzie) oraz kwas fitynowy (zawarty w produktach zbożowych). Ponadto diety wysokobiałkowe, z wysoką zawartością fosforu (spożywanie nadmiernej ilości produktów zwierzęcych, wysoko przetworzonych, napojów gazowanych) oraz alkohol mogą nasilać wydalanie wapnia z moczem.

#### **MAGNEZ**

Podobnie jak wapń i fosfor, gromadzi się głównie w kościach i mięśniach. Niezbędny w procesach wytwarzania i wydatkowania energii. Kierując pracą 300 różnych enzymów, wpływa na większość przemian metabolicznych, zachodzących w organizmie. Opóźnia proces starzenia się organizmu, korzystnie wpływa na układ krążenia, jest konieczny do prawidłowej czynności nerwów i mięśni. Według niektórych danych, odpowiedni poziom magnezu zwiększa obronę organizmu przed infekcjami oraz poprawia zdolności intelektualne. Konsekwencją niedoboru magnezu może być zwiększona podatność na zmiany miażdżycowe, zaburzona praca serca, problemy z ciśnieniem krwi, skurcze mięśni, niepokój oraz nowotwory. Stres oraz wysokie spożycie kawy i herbaty mogą obniżyć poziom magnezu w organizmie, dlatego w takiej sytuacji należy szczególnie zadbać o odpowiednią podaż tego składnika. „Wrogami” magnezu są też leki moczopędne i alkohol. Zwiększone zapotrzebowanie na magnez występuje u kobiet w ciąży, karmiących piersią oraz zażywających leki hormonalne.

*opracowanie : Calivita International*

**Strong Bones zawiera wapń i magnez. Obydwa składniki występują w formie chelatu, w idealnej proporcji 2 do 1 wapnia do magnezu, która gwarantuje ich maksymalne wykorzystanie przez organizm. Ponadto przyjmowanie wapnia z magnezem zapobiega**

---

**-powstawaniu kamieni nerkowych**  
**-skurczom mięśni np.łydek**  
**-osteoporozie i innym chorobom kości**

**UWAGA**

Magnez przyjmowany podczas posiłku może utrudniać trawienie, ponieważ zobojętnia soki żołądkowe. Lepiej zażywać go między posiłkami lub na noc. Przy nadkwasocie, przyjęta na czczo tabletką magnezu skutecznie zobojętnia soki żołądkowe i złagodzi nieprzyjemne dolegliwości.

Skład: 100 kapsułek  
1 tabletką zawiera  
Wapń.....300mg  
Magnez.....150mg

**DAWKOWANIE**

1-2 kapsułki dziennie na noc.

---

**Strong Bones u dentysty**

Choć składniki mineralne występują w naszym organizmie w niewielkich ilościach, bez odpowiednich proporcji i równowagi między nimi, nie ma mowy o dobrym zdrowiu.

Wapń wchodzi w skład kości i szkliwa zębów. Pełni rolę w przewodzeniu impulsów nerwowych, mechanizmie skurczu mięśni i przepuszczalności błon komórkowych, w regulacji procesu krzepnięcia krwi, regulacji rytmu serca, bierze udział we wchłanianiu witaminy B12 i kontroli ciśnienia tętniczego krwi. Wapń wchodzi też w skład wielu enzymów. Jego prawidłowe stężenie we krwi znacznie ogranicza ryzyko wystąpienia chorób serca, udarów, raka jelita grubego oraz kamieni nerkowych.

Magnez, podobnie jak wapń, bierze udział w budowie kości i zębów, a także w przemianie materii, w syntezie kwasów nukleinowych i syntezie białka, w termoregulacji, metabolizmie lipidów. Spełnia ważną rolę w przekazywaniu informacji pomiędzy mięśniami a nerwami. Popularnie nazywa się go składnikiem mineralnym „na nerwy”. Wzmacnia serce i układ nerwowy, hamuje krzepnięcie krwi, chroniąc organizm przed zakrzepami oraz zawałem serca. Niedobory objawiają się brakiem koncentracji, zmęczeniem, zaburzeniami czynności serca. Kość, jako żywa tkanka, stale wymienia swoje komórki w procesie przebudowy, do którego potrzebne są składniki mineralne. Dlaczego warto sięgnąć po STRONG BONES? Biodostępność minerałów zależy od wielu czynników, takich jak np. pH treści żołądkowej, wieku, diety oraz formy, w jakiej występują składniki mineralne.

Badania wykazują, że minerały w formie chelatowanej przy użyciu rozgałęzionych aminokwasów, wykazują wysoką bioprzyswajalność. Dobre efekty terapeutyczne uzyskujemy podając STRONG BONES wraz z witaminą C Plus. Jedną z funkcji witaminy C jest udział w tworzeniu kolagenu. Kolagen jest białkiem, znajdującym się w kościach, rogówce oka, stawach, zębach, skórze, naczyniach krwionośnych. STRONG BONES jest również ochroną przed metalami ciężkimi, zwłaszcza ołowiem i kadmem, pochodzącymi ze spalin samochodowych.

Jako lekarz – stomatolog stwierdzam, że stan uzębienia Polaków, świadczy, m.in. o dużych niedoborach składników mineralnych w organizmie. O wiele łatwiej przeprowadzić leczenie i to z dużo lepszymi efektami, gdy pacjent stosuje suplementację witaminowo-mineralną. Rezultaty są już widoczne po 3 miesiącach jej stosowania. Wszystkim swoim pacjentom zalecam więc wspomniane preparaty.

Lek. stomatolog Teresa Zwierzyńska