

Link do produktu: <https://www.vitavita.pl/strong-bones-250-kaps-wapn-z-magnezem-p-86.html>



## Strong Bones 250 kaps.- wapń z magnezem

Cena	<b>149,00 zł</b>
Numer katalogowy	<b>FL0028</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 niedostateczna 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 tabletki magnezu skutecznie zobojętnia soki żołądkowe i złądodzi nieprzyjemne dolegliwości.

Skład: 250 kapsułek  
1 tabletki 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