

Link do produktu: <https://www.planet.ecolevel.eu/taurynian-magnezu-60-kapsulek-p-280.html>



## Taurynian magnezu - 60 kapsułek

Cena	<b>29,90 zł</b>
Dostępność	<b>Niedostępny tymczasowo</b>
Czas wysyłki	<b>3 dni</b>
Numer katalogowy	<b>KAT00101</b>
Kod EAN	<b>5903796650440</b>
Producent	<b>Yango</b>

### Opis produktu

Magnez jest jednym z najważniejszych pierwiastków dla organizmu człowieka. Wchodzi w skład: kości, mięśni szkieletowych i tkanki nerwowej. Występuje także w wątrobie, nerkach i przewodzie pokarmowym. Co istotne – jest aktywatorem ponad 300 reakcji enzymatycznych.

Niedobór magnezu przynosi negatywne skutki dla organizmu. Pierwszymi objawami niedoboru magnezu są skurcze mięśni i charakterystyczne drganie powieki.

#### Prawidłowy poziom magnezu

Utrzymanie magnezu w organizmie na odpowiednim poziomie jest niezwykle ważne. Przyczynia się on do równowagi elektrolitowej i prawidłowego metabolizmu energetycznego, dzięki czemu jest w stanie zmniejszyć poczucie zmęczenia. Magnez pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu mięśni, kontrolując przekazywanie impulsów nerwowych, umożliwiających ich skurcze – dotyczy to także mięśnia sercowego. Odgrywa też znaczącą rolę w procesie podziału komórek i syntezie białek, a także wzmacnia i utrzymuje zdrowe kości.

#### Taurynian magnezu

Powszechnie używane w suplementacji organiczne sole magnezu (jak cytrynian czy glicynian) zawierają stosunkowo niewielką ilość magnezu. Połączenie magnezu z tauryną daje dodatkowe korzyści. Tauryna jest niezbędnym aminokwasem niebiałkowym o wielu funkcjach, m. in. w: układzie nerwowym, nerkach, wątrobie, siatkówce oka. Wykazuje też właściwości przeciwutleniające, bierze udział w regulacji metabolizmu glukozy i stężenia wapnia w komórkach. Podobnie jak magnez, działa ochronnie na serce i zapobiega nadciśnieniu i arytmii.