Sana-sol B VITAMIINI VAHVA

Sana-sol B-vitamiini Vahva - комплекс с высоким содержанием витаминов группы В. Рекомендуется применять при повышенных физических и психоэмоциональных нагрузках. Снижает уровень усталости и утомляемости, увеличивает работоспособность, придаёт сил и бодрости. Подходит для вегетарианцев. Без лактозы, глютена, дрожжей и сахара. Рекомендуемая суточная доза: 1-2 таблетки. Рекомендуемая суточная доза не должна быть превышена.

В 1-2 таблетках Sana-sol B-vitamiini Vahva содержится: Витамин B1 (Тиамин) - 14-28 мг, Витамин B2 (Рибофлавин) - 11-22 мг, Витамин B3 (Ниацин) - 60-120 мг, Фолиевая кислота - 180-360 мкг, Витамин B12 - 9-18 мкг.

Мелатонин Leader Vahva Melatoniini для людей страдающих бессонницейМелатонин Leader Vahva Melatoniini 1,9 mg помогает сократить время засыпания и улучшить качество сна. Этот продукт, сделанный в Финляндии, уникален тем, что постепенно выделяет мелатонин в организм и, таким образом, имитирует выработку собственного гормона в организме.

Мелатонин - это естественный гормон, выделяемый мозгом в мозг. Он участвует в регуляции долины сна и подготавливает организм к ночи. Гормон начинает выделяться вечером, когда количество света уменьшается, и секреция наиболее распространена после полуночи, уменьшаясь к концу ночи. Однако его секреция индивидуальна, и с возрастом секреция мелатонина уменьшается. Это также касается, например, стресса или чрезмерного употребления алкоголя. Дозировка: Взрослые 1/2 - 1 таблетка при необходимости, за 1-2 часа перед сном. количество в упаковке: 80 таблеток

Magnesia Plus

Магний, инулин, витамин B в таблетках

Для сердца, мышц и нервной системы. Содержит также пребиотик + витамины группы B. Для снижения усталости и утомления. Ингредиенты: магния оксид, антикомкователи E 460 и E 468, инулин, поверхностный стабилизатор E 470b, пиридоксина гидрохлорид, тиамина мононитрат

Дневная доза

1 таблетка содержит: магния 350 мг, инулина- 242 мг, ниацина (B3) -18 мг, витамина B6 -2,2 мг, витамина B1-1,4 мг

Дозировка : по 1 таблетке в день. Не содержит лактозу, дрожжи, подсластители и глютен. Размер упаковки

180 таблеток / 180 г

Физиологическое действие

Магний — незаменимое минеральное вещество для клеток, обеспечивающее максимальную эффективность работы сердца и скелетных мышц при физических нагрузках. Он принимает участие в функциях более чем 300 различных энзимов, а также регулирует клеточный метаболизм. Магний естественным образом успокаивает нервную систему и поэтому применяется для снятия мышечных судорог. Однообразная пища, чрезмерное употребление сахара, соли, животных жиров и алкоголя, а также голодание и занятия спортом могут вызвать дефицит магния. Потребность в магнии возрастает также во время беременности. Витамин B1 (тиамин) важен для сердца, нервной системы и мышц. Витамин B3 (ниацин) улучшает кровообращение и поддерживает нервную систему. Витамин B6 (пиридоксин) защищает сердце и нервную систему. Дефицит витамина B может быть вызван стрессом, физическим напряжением, однообразным питанием и чрезмерным употреблением алкоголя. Инулин является пребиотиком, который помогает сохранять полезные бактерии в кишечнике и способствует всасыванию питательных веществ.