

Mega Mag

Mineral

Helps to maintain proper muscle function

What is Magnesium Glycinate?

Magnesium Glycinate is a highly absorbable form of magnesium. By attaching magnesium to the amino acid glycine, transport of the mineral across cell membranes becomes more efficient.

Why take Magnesium Glycinate?

Magnesium is an abundant mineral in the human body with several essential functions. In co-operation with calcium, magnesium is needed for bone health, muscle contraction and relaxation, nerve impulse transmission, blood pressure and heart function. In addition, it is utilized in hundreds of enzymes which serve to initiate chemical reactions. Taking Magnesium Glycinate is one of the most efficient ways to ensure these metabolic needs are met.

Who benefits from taking Magnesium Glycinate?

Individuals who consume processed foods in the form of fast-food and/or packaged goods have a higher risk of magnesium deficiency because this mineral is easily lost during food processing. For example, 59% of the magnesium present in whole wheat is lost during processing (Lieberman & Bruning, 1997). Regular use of diuretics or caffeinated beverages may also induce magnesium loss. Deficiency often plays a role in anxiety, fatigue, insomnia, depression, muscle twitching, high blood pressure, leg cramps, menstrual cramps and constipation. Furthermore, studies have repeatedly shown that fibromyalgia sufferers, diabetics and alcoholics are more likely to develop long-term magnesium deficiencies.

Chelated for Better Absorption

NutriChem's Mega Mag has a gentle effect on the bowel, while maximizing absorption through the intestinal walls into other body tissues. Chelating (attaching) glycine to this mineral improves absorption through the intestinal walls. Other forms of magnesium, such as chlorides, sulfates and citrates tend to loosen the bowel. This may not be a desirable effect of supplementation.

Free of Common Allergens

NutriChem's Mega Mag is encapsulated without unnecessary fillers. There is no wheat, yeast, soy, dairy, sugar or gluten in the product.

Gluten Free

Vegetarian capsules:

Magnesium* (Magnesium Glycinate)

120 mg

*As elemental

Non-medicinal ingredients:

Hypromellose, gellan gum, potassium acetate.

Free of sesame seeds and derivatives, dairy products and derivatives, egg products and derivatives, wheat and wheat derivatives, soya and soya derivatives, corn and corn derivatives, rice and rice derivatives, fish, gluten, fruit and fruit derivatives, crustaceans, mollusks, artificial flavorings, colors or sweeteners, azo and coal tar dyes, fragrance, sugar (sucrose), sugar alcohol, starch, alcohol, beef and derivatives, pork and derivatives, lamb and derivatives, gelatin, bee products, other animal derivatives, glutamates, benzoates, sulphites, metabisulphites, BHA/BHT, yeast and yeast derivatives. Non GMO.

Directions: Take orally up to 3 vegetarian capsules daily, at bedtime, or as directed by a health practitioner.

Warnings: Adult use only. For therapeutic use only.

Known adverse reactions: Some people may experience gastrointestinal disturbances such as diarrhea.

Recommended storage conditions: For freshness, store in cool, dry place.

Key Applications

Relaxation

Concentration

Stress

Sleep

Anxiety

Complementary Supplements

Vitamin C

Folate, Vitamin B6

Magnesium

Copper

Aide au maintien d'un bon fonctionnement musculaire

Qu'est-ce que le glycinate de magnésium?

Le glycinate de magnésium est une forme de magnésium hautement absorbable. La fixation du magnésium à l'acide aminé (glycine) rend le transport du minéral à travers les membranes plasmiques plus efficace.

Pourquoi prendre du glycinate de magnésium?

Le magnésium, minéral très abondant dans le corps humain, cumule plusieurs fonctions essentielles. Jumelé au calcium, il est nécessaire pour la santé des os, la contraction et la relaxation des muscles, le flux nerveux, la tension artérielle et la fonction cardiaque. Aussi, il est utilisé par des centaines d'enzymes qui servent à déclencher des réactions chimiques. Prendre du glycinate de magnésium est un des moyens les plus efficaces pour répondre à ces besoins métaboliques.

Qui a intérêt à prendre du glycinate de magnésium?

Les personnes qui consomment des aliments transformés comme la malbouffe et les aliments emballés sont plus à risque de souffrir d'une carence en magnésium, car ce minéral peut facilement disparaître durant la transformation des aliments. Par exemple, 59 % du magnésium présent dans le blé entier est perdu lors de la transformation (Lieberman & Bruning, 1997). La prise régulière de diurétiques et de boissons caféinées peut aussi causer une perte de magnésium. Une telle carence est souvent liée à l'anxiété, la fatigue, l'hypertension, l'insomnie, la dépression, les crampes aux jambes, les crampes menstruelles, les secousses musculaires et la constipation. De plus, des études ont démontré à plusieurs reprises que les personnes souffrant de fibromyalgie, de diabète ou d'alcoolisme ont plus tendance à développer une carence en magnésium à long terme.

Chélaté pour une meilleure absorption

Quoique doux pour les intestins, le « Mega Mag » de NutriChem optimise l'absorption du magnésium par les parois intestinales vers les autres tissus de l'organisme grâce à la chélation (fixation) de la glycine au magnésium. D'autres formes de magnésium comme les chlorures, les sulfates et les citrates ont tendance à ramollir les selles, un effet plutôt indésirable d'un complément.

Sans allergènes communs

Le « Mega Mag » de NutriChem est encapsulé sans produits de remplissage inutiles. Il ne contient pas de blé, de levure, de soya, de produits laitiers, de sucre ni de gluten.

Sans gluten

🌱 Capsules végétales :

Magnésium* (glycinate de magnésium) 120 mg
* élémentaire

Ingrédients non médicinaux :

Hypromellose, gomme de gellane, acétate de potassium.

Ne contient pas de graines de sésame et produits dérivés, de produits laitiers et leurs dérivés, de produits d'œufs et leurs dérivés, de blé, de soya, de maïs ni de riz et leurs dérivés, de poisson, de gluten, de fruits et leurs dérivés, de crustacés, de mollusques, d'arômes, de couleurs ou d'édulcorants artificiels, de colorants azoïques ou de goudron, de parfums, de sucre (sucrose), d'alcool de sucre, d'amidon, d'alcool, de bœuf, de porc ni d'agneau et leurs dérivés, de gélatine, de produits d'abeille, d'autres produits dérivés d'animaux, de glutamates, de benzoates, de sulfites, de métrasulfites, de BHA, de BHT, de levure et ses dérivés. Sans OMG

Mode d'emploi : Prendre jusqu'à 3 capsules végétales par jour, par voie orale, au coucher, ou selon les directives d'un professionnel de la santé.

Mises en garde :

Pour adultes seulement. Pour usage thérapeutique seulement.

Effets indésirables connus : Certaines personnes pourraient éprouver des troubles gastro-intestinaux comme la diarrhée.

Conditions d'entreposage recommandées : Pour conserver la fraîcheur, garder au frais et au sec.

Applications principales

Relaxation
Concentration
Stress
Sommeil
Anxiété

Compléments nutritifs associés

Vitamine C
Acide folique, vitamine B6
Magnésium
Cuivre