

**2x**  
HATÓANYAG-  
TARTALOMMAL\*



**No.1**  
MAGNÉZIUM-  
MÁRKA\*

## A magnézium-egyensúly a kardiovaszkuláris egészség feltétele

A magnézium létfontosságú ásványi anyag<sup>1</sup>, ennek ellenére az európai lakosság magnézium-bevitelének elmarad az ajánlottól<sup>2</sup>. A nyugati típusú diéta magnézium-tartalma 30-50 %-kal alacsonyabb, mint az ajánlott napi beviteli érték<sup>2</sup>.

Klinikai vizsgálatok eredményei rámutatnak, hogy

- a magasabb magnéziumbevitel - akár táplálkozás, akár szupplementáció révén - fokozottabb védelmet nyújt a fő kardiovaszkuláris rizikófaktorok vonatkozásában<sup>3</sup>.
- a koronáriás szívbetegség, az ischémiás stroke és az aritmiák megelőzésében és kezelésében fontos szerepet játszik a magnéziumpótlás.<sup>4</sup>
- a magnézium kiegészítő kezelésként is alkalmazható, mivel a magnézium additív antihipertenzív hatást mutat a vérnyomáscsökkentő gyógyszerek valamennyi csoportjával együtt alkalmazva.<sup>4</sup>



Ábra: A magnéziumhiány és a vele összefüggő kardiovaszkuláris megbetegedések<sup>3</sup>

### A magnézium létfontosságú ásványi anyag a kardiovaszkuláris rendszer számára is

A magnézium intesztinális abszorpciója 24-76 % közötti, és a felszívódás mértéke a szervezet igényeihez szabott<sup>5</sup>. Az alkalmi, nagy dózisu, főlegben való magnézium-bevitel gyors kiválasztódással társul<sup>6</sup>.

**Azaz: a magnézium esszenciális az emberi szervezet számára – a szív- és érrendszeri működés szempontjából is -, így azt rendszeresen kell fogyasztani, kellő mennyiségben, hogy a hiányállapota megelőzhető legyen<sup>6,7</sup>.**

### Rendszeres bevitel, magas biohasznosulású magnézium-sóval

A magnézium biohasznosulásának optimalizálása céljából javasolható a többszöri, kis dózisban történő magnézium-szupplementáció<sup>7,8</sup>. A magnéziumszükségletet érdemes olyan termékkel biztosítani, ami jól felszívódó, magas arányban biohasznosuló formában tartalmazza a magnéziumot.

A Magne B<sub>6</sub> Extra filmtablettában 100 mg elemi magnéziumnak megfelelő mennyiségű magnézium-citrát található, B<sub>6</sub>-vitammal kombinációban<sup>9</sup>. A magnézium-citrát vízoldékonysága és biohasznosíthatósága – számos egyéb magnéziumsóval, köztük szervesekkel való összehasonlításban is – jónak minősül<sup>10</sup>.

\* IQVIA Pharmatrend Sell-out adatok alapján, a magnéziumpiaci eladásokat tekintve, 2021. január – december időszakban a Magne B<sub>6</sub> (a teljes Magne B<sub>6</sub> termékcsaládra vonatkozóan) a legtöbbet eladott magnéziummárka.

\*\* A Magne B<sub>6</sub> bevont tablettához képest, elemi magnéziumra és B<sub>6</sub>-vitaminra vonatkoztatva.

#### Irodalomjegyzék

(1) <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Magnesium-healthProfessional/>; 2022. Jan. 11. (2) Gröber U et al. Magnesium in prevention and therapy. *Nutrients* 2015;7:8199-8226. (3) Rosique-Esteban N et al. Dietary Magnesium and Cardiovascular Disease: A Review with Emphasis in Epidemiological Studies. *Nutrients* 2018;10(2):168. (4) Houston M. The role of magnesium in hypertension and cardiovascular disease. *J Clin Hypertens*. 2011;13:843-7. (5) Al Alawi AM et al. Magnesium and Human Health: Perspectives and Research Directions. *Int J Endocrinol*. 2018;9041694. (6) Jahnhen-Dechent W et al. Magnesium basics. *Clinical Kidney Journal* 2012;5(1):3-14. (7) Schuchardt JP et al. Intestinal Absorption and Factors Influencing Bioavailability of Magnesium-An Update. *Curr Nutr Food Sci*. 2017;13(4):260-278. (8) Pardo MR et al. Bioavailability of magnesium food supplements: a systematic review. *Nutrition* 2021; doi: <https://doi.org/10.1016/j.nut.2021.111294> (9) Alkalmazási előírás; Magne B<sub>6</sub> Extra Filmtabletta: [https://ogyei.gov.hu/gyogyszeradatbazis&action=show\\_details&item=21901](https://ogyei.gov.hu/gyogyszeradatbazis&action=show_details&item=21901) (10) Ranade VV et al. Bioavailability and pharmacokinetics of magnesium after administration of magnesium salts to humans. *Am J Ther*. 2001;8:245-57.

Bővebb információért olvassa el a gyógyszer alkalmazási előírását!

MAGNE B<sub>6</sub> EXTRA FILMTABLETTA

Vény nélkül kapható gyógyszer.

Javallat: magnéziumhiány kezelésére.



OPELLA HEALTHCARE COMMERCIAL KFT.

1138 Budapest, Váci út 133. E épület 3. emelet Telefon: (+36 1) 505 0050

Gyógyszer- és termékinformációs szolgálat: (+36 1) 505 0055

Web: [www.sanofi.hu](http://www.sanofi.hu), [www.magneb6.hu](http://www.magneb6.hu) MAT-HU-2200946 (2022.03.22.)

sanofi