

# MetaRelax®

*Bij stressmomenten en vermoeidheid. Goed voor de spieren.*

Magnesium is een onmisbaar mineraal. Het is absoluut noodzakelijk om voldoende en op regelmatige basis magnesium in te nemen, want ons lichaam kan het niet zelf aanmaken en de gemiddelde westerse voeding, rijk aan geraffineerde voedingsmiddelen, suiker en alcohol, levert onvoldoende magnesium aan.

Dit werd ook bevestigd in een studie waarin 72% van de mannen en 77% van de vrouwen een magnesiumtekort vertoont (\*).

## Magnesium is een belangrijk en onmisbaar mineraal dat bijdraagt tot:

- de vermindering van vermoeidheid
- een normale eiwitstafel
- een normale werking van het zenuwstelsel
- een normale psychologische functie
- een normale werking van de spieren
- de instandhouding van normale botten en tanden

## Eigenschappen van MetaRelax®

Magnesium kan onder veel chemische vormen voorkomen. Er bestaan echter grote verschillen in biologische beschikbaarheid en gastro-intestinale tolerantie. MetaRelax® is een compleet magnesiumcomplex te gebruiken bij stressmomenten (folaat), vermoeidheid (folaat, magnesium, vit. B6, B12) en ter ondersteuning van de spieren (magnesium, vit. D).

Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat het gebruikte magnesiumzout, nl. magnesiumglycerofosfaat, een uitstekende gastro-intestinale tolerantie vertoont. (\*\*)

De toegevoegde vitamines B6, B12 en Metafolin® zijn de meest actieve en werkzame vormen: ze zijn direct beschikbaar voor werking in het lichaam.

## Verpakking:

MetaRelax® is beschikbaar in tabletten (45 of 90 tabletten) en in zakjes (20 of 40 zakjes).

## Aanbevolen gebruik:

Tabletten: 2 tabletten per dag

Zakjes: 1 zakje per dag

De tabletten kunt u in twee breken om gemakkelijker in te nemen.

De zakjes dienen opgelost te worden in een glas water (150 ml) en hebben een aangename smaak. Ze bevatten zoetstoffen van natuurlijke oorsprong uit de **Steviaplant**.

(\*) Galan P et al. Dietary magnesium intake in a French adult population. *Magnes Res* 1997;10(4):321-8

(\*\*) Driessens FC et Al. On formulas for daily oral magnesium supplementation and some of their side effects. *Magnesium Bull*, 1993; 15: 10-12

Manufactured in E.C. NUT/AS 162/581

Distr. in Belgium & Lux.: Metagenics Belgium BVBA - E. Vlietincstraat 20 - BE-8400 Oostende - Tel. +32 (0)59 550 947

Distr. in The Netherlands: Metagenics Netherlands BV - Celsiusweg 20 - Industrial Estate 4212 - NL-5928 PR Venlo - Tel. +31 (0)117 49 42 42



[www.metagenics.eu](http://www.metagenics.eu) — [www.metarelux.eu](http://www.metarelux.eu)

# MetaRelax®

*En cas de moments de stress et de fatigue. Bon pour les muscles.*

Le magnésium est un minéral indispensable. Il est nécessaire de prendre suffisamment et régulièrement du magnésium, car notre corps est incapable d'en produire et l'alimentation occidentale, riche en aliments raffinés, sucre et alcool n'en fournit pas assez. Ceci a été confirmé dans une étude selon laquelle 72% des hommes et 77% des femmes présentent un déficit en magnésium (\*).

## Le magnésium est un minéral important et indispensable qui contribue à:

- une diminution de la fatigue
- une synthèse protéique normale
- un fonctionnement normal du système nerveux
- une fonction psychologique normale
- un fonctionnement normal des muscles
- un bon maintien des os et des dents

## Caractéristiques de MetaRelax®

Le magnésium se présente sous différentes formes chimiques. Il peut y avoir cependant de grandes différences au niveau de la biodisponibilité et de la tolérance gastro-intestinale. MetaRelax® est une formule de magnésium complète à utiliser en cas de moments de stress (folate), de fatigue (folate, magnésium, vit. B6, B12) et pour maintenir le fonctionnement normal des muscles (magnésium, vit. D).

La recherche scientifique a démontré que le sel de magnésium utilisé, à savoir le glycérophosphate de magnésium, présente une tolérance gastro-intestinale excellente.

Les vitamines B6, B12 et le Metafolin® ajoutés sont les formes naturelles les plus actives et efficaces: elles sont directement disponibles pour agir dans l'organisme.

## Conditionnement:

MetaRelax® est disponible en comprimés (45 ou 90 comprimés) et en sachets (20 ou 40 sachets).

## Usage recommandé:

Comprimés: 2 comprimés par jour

Sachets: 1 sachet par jour

Il est possible de briser les comprimés en deux afin de les avaler plus facilement. Le contenu des sachets se dilue dans un verre d'eau (150 ml). Au goût agréable. Les sachets contiennent des édulcorants d'origine naturelle provenant de la plante **Stévia**.

(\*) Galan P et al. Dietary magnesium intake in a French adult population. *Magnes Res* 1997;10(4):321-8

(\*\*) Driessens FC et Al. On formulas for daily oral magnesium supplementation and some of their side effects. *Magnesium Bull*, 1993; 15: 10-12

Manufactured in E.C. NUT/AS 162/581

Distr. in Belgium & Lux.: Metagenics Belgium BVBA - E. Vlietincstraat 20 - BE-8400 Oostende - Tel. +32 (0)59 550 947

Distr. in The Netherlands: Metagenics Netherlands BV - Celsiusweg 20 - Industrial Estate 4212 - NL-5928 PR Venlo - Tel. +31 (0)117 49 42 42



[www.metagenics.eu](http://www.metagenics.eu) — [www.metarelux.eu](http://www.metarelux.eu)

22014-V2

# MetaRelax®

*In situazioni di stress, stanchezza e affaticamento muscolare*

Il magnesio è un minerale indispensabile. E' necessario assumere magnesio in quantità sufficienti e con regolarità dato che il nostro corpo non è in grado di produrlo da solo e che la dieta occidentale, caratterizzata da un'elevata presenza di alimenti raffinati, zucchero e alcolici, non ne fornisce abbastanza. Ciò è stato confermato da una ricerca che ha rilevato carenza di magnesio (\*) nel 72% dei maschi e nel 77% delle femmine.

## Il magnesio contribuisce:

- alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento
- al normale metabolismo energetico
- alla normale funzione psicologica
- alla normale funzione muscolare
- al normale funzionamento del sistema nervoso
- al mantenimento di ossa e denti sani

## Caratteristiche di MetaRelax®

Il magnesio è disponibile in diverse forme chimiche organiche ed inorganiche. Fra queste si osservano tuttavia notevoli differenze in termini di biodisponibilità e di tollerabilità gastrointestinale.

MetaRelax® è una formulazione a base di glicerofosfato di magnesio, un sale organico solubile nei grassi. Le ricerche scientifiche hanno dimostrato che il glicerofosfato di magnesio è ben tollerato a livello di stomaco e intestino (\*\*).

MetaRelax® contiene inoltre cofattori che agiscono in sinergia con il magnesio potenziandone gli effetti: si tratta delle vitamine B6, B9 e B12. La taurina contribuisce a trattenere il magnesio all'interno delle cellule riducendone l'eliminazione.

## Confezione:

MetaRelax® è disponibile in compresse (45 / 90 compresse) e in bustine (20 / 40 bustine).

## Modo di impiego:

Compresse: 2 al giorno

Bustine: 1 al giorno

E' possibile dividere in due le compresse per ingoiarle più facilmente.

Il contenuto delle bustine va sciolto in un bicchier d'acqua (150 ml). Dal gusto gradevole. Il prodotto in bustine contiene edulcoranti di origine naturale ricavati dalla pianta **Stevia rebaudiana**.

(\*) Galan P et al. Dietary magnesium intake in a French adult population. Magnes Res 1997;10(4):321-8

(\*\*) Driessens FC et Al. On formulas for daily oral magnesium supplementation and some of their side effects. Magnesium Bull, 1993; 15 : 10-12

Manufactured in E.C. NUT/AS 162/581

Distr. da: Metagenics Italia S.r.l. - Via Melchiorre Gioia 8 - 20124 Milano - Italia - ordine@metagenics.eu

 **Metagenics™**

[www.metagenics.eu](http://www.metagenics.eu) — [www.metarelux.eu](http://www.metarelux.eu)

# MetaRelax®

*In case of stress situations and fatigue. Beneficial for the muscles.*

Magnesium is an indispensable mineral. It is absolutely essential to take a sufficient amount of magnesium at regular intervals, since our body is not able to produce it herself and the average western diet, rich in refined foods, sugar and alcohol, does not provide enough magnesium.

This was also confirmed in a study which showed that 72% of the male and 77% of the female population has a magnesium deficiency (\*).

## Magnesium is an important and indispensable mineral which contributes to:

- a decrease of fatigue
- a normal protein synthesis
- a normal functioning of the nervous system
- a normal psychological function
- a normal functioning of the muscles
- maintenance of normal bones and teeth

## Properties of MetaRelax®

Magnesium can have many chemical forms. However, there are great differences in biological availability and gastro-intestinal tolerance. MetaRelax® is a complete magnesium complex, useful in stress situations (folate), fatigue (folate, magnesium, vit. B6, B12) and to support the muscles (magnesium, vit. D).

Scientific research has shown that the magnesium salt in MetaRelax®, magnesium glycerophosphate, has an excellent gastro-intestinal tolerance.

The added vit. B6, B12 and MetaFolin® are the most active and effective forms of vitamins: they are readily available for activity in the body.

## Packaging:

MetaRelax® is available in tablets (45 or 90 tablets) and in sachets (20 or 40 sachets).

## Recommended use:

Tablets: 2 tablets daily

Sachets: 1 sachet daily

You can break the tablets in half to facilitate ingestion. The sachets have to be dissolved in a glass of water (150 ml) and have a pleasant taste. They contain sweeteners of natural origin of the stevia plant.

(\*) Galan P et al. Dietary magnesium intake in a French adult population. Magnes Res 1997;10(4):321-8

(\*\*) Driessens FC et Al. On formulas for daily oral magnesium supplementation and some of their side effects. Magnesium Bull, 1993; 15 : 10-12

Manufactured in E.C. NUT/AS 162/581

Distr. in Belgium & Lux.: Metagenics Belgium BVBA - E. Vlietinckstraat 20 - BE-8400 Oostende - Tel. +32 (0)59 550 947

 **Metagenics™**

[www.metagenics.eu](http://www.metagenics.eu) — [www.metarelux.eu](http://www.metarelux.eu)

22014-V2