

# Calcium Magnesium Forte

## Voedingssupplement Calcium Magnesium Forte

Samenstelling	Dagdosering*	RI**
Calcium (als Aquamin™)	200 mg	25%
Magnesium	100 mg	27%
(uit Aquamin™ en gepat. magnesium oxide monohydraat)		
Borium (als natrium tetraboraat)	1 mg	
Vitamine D3 (als cholecalciferol)	25 µg	250%
Vitamine K2 (als menaquinone 7)	51 µg	68%

## Ingrediënten

Mineralen (waaronder lithothamnium calcium), mc cellulose (vulmiddel), gefermenteerde leucine (antiklontermiddel), hypromellose (vegetarische coating), titaandioxide (kleurstof), talk (antiklontermiddel), glycerine (bevochtigingsmiddel), vitaminen.

## Allergeen informatie

Bevat geen gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige geur-, kleur- en smaakstoffen of conserveermiddelen. Geschikt voor vegetariërs.

\* Dagelijkse dosering op basis van 1 tablet.

\*\* RI = Referentie-inname.

Calcium Magnesium Forte is een 100% natuurlijke formule voor het behoud van sterke botten. Aquamin™ is een plantaardig zeeminerale uit rode alg, die rijk is aan een goed opneembare vorm van calcium.

Gecombineerd met magnesium uit de Dode Zee, de best opneembare vorm van vitamine D3 (cholecalciferol) en vitamine K2 (MK-7) zorgt deze samenstelling voor een optimaal resultaat.

## Merkhouder | Distributeur

Vitalize | Galvaniweg 15  
4207 HL Gorinchem | Nederland  
Tel: +31 (0)183 699 450  
E-mail: [info@vitalize.nl](mailto:info@vitalize.nl) | Web: [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl)

## Calcium:

- zorgt voor het behoud van sterke botten;
- speelt een rol bij de botaanmaak;
- is belangrijk voor een normale spierwerking;
- activeert de natuurlijke energie in het lichaam;
- heeft een gunstige invloed op het celdelingsproces;
- draagt bij aan een sterk gebit;
- is van belang voor het zenuwstelsel;
- ondersteunt de spijsvertering;
- heeft een gunstige invloed op de hartspier.

## Magnesium:

- ondersteunt de botten, is goed voor het skelet;
- is goed voor het behoud van soepele en sterke spieren;
- vermindert het gevoel van vermoeidheid en moeheid;
- is goed voor het concentratievermogen;
- is goed voor het geheugen en de gemoedstoestand;
- helpt bij het opbouwen van lichaamseiwit;
- draagt bij aan het celdelingsproces.

## Vitamine D:

- is van belang voor de samenstelling van de botten;
- is goed voor de spieren;
- speelt een rol bij weefselgroei en -ontwikkeling;
- zorgt mede voor een goede weerstand;
- helpt de tanden sterk te houden;
- helpt bij de opname van calcium en fosfor uit de voeding.

# Calcium Magnesium Forte

## Vitamine K2:

- is van belang voor de samenstelling van de botten.

## Wat u moet weten voordat u Calcium Magnesium Forte gaat gebruiken

### Gebruik Calcium Magnesium Forte niet:

- indien u overgevoelig of allergisch bent voor een van de bestanddelen van Calcium Magnesium Forte;
- indien u zwanger bent of wilt worden. Vraag uw arts om advies voordat u dit middel gebruikt;
- indien u borstvoeding geeft of gaat geven. Vraag uw arts om advies voordat u dit middel gebruikt;
- indien u een verzwakte nierfunctie heeft. Vraag uw arts om advies voordat u dit middel gebruikt.

## Bijwerkingen

- Een teveel aan magnesium kan laxerend werken.
- Bij meer dan 45 µg vitamine K2 suppletie per dag kan de werkzaamheid van antistollingsmiddelen verminderen. De dagdosering (één tablet) Calcium Magnesium Forte bevat niet meer dan 51 µg vitamine K2.

## Het gebruik in combinatie met andere middelen

- Wees kritisch op het totaal aan vitaminen en mineralen dat u per dag door middel van supplementen binnenkrijgt. Kijk voor alle maximale dagdoseringen op [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl).
- Raadpleeg bij twijfel over het gebruik van Calcium Magnesium Forte in combinatie met andere middelen altijd eerst uw arts.

## Hoe wordt Calcium Magnesium Forte ingenomen?

- Eenmaal daags één tablet bij de maaltijd met water innemen, bij voorkeur 's avonds voor het slapen.

- De duur van gebruik kan naar behoefte worden verlengd.
- De aanbevolen dagdosering niet overschrijden.

## Wat moet u doen als u Calcium Magnesium Forte een (paar) keer vergeet te gebruiken?

- Vervolg uw normale innamepatroon. Neem geen extra dosering om een overgeslagen dosering in te halen.

## Hoe bewaart u Calcium Magnesium Forte?

- Buiten het bereik van jonge kinderen houden.
- Donker en droog bewaren bij kamertemperatuur (15-25°C).
- In de oorspronkelijke verpakking bewaren ter bescherming tegen licht en vocht.
- Niet gebruiken na de op het doosje vermelde uiterste gebruiksdatum.

## Wilt u meer weten over Calcium Magnesium Forte?

Voor vragen of opmerkingen kunt u zich richten tot de klantenservice van Vitalize.

Tel: +31 (0)183 699 450 | e-mail: [info@vitalize.nl](mailto:info@vitalize.nl)  
of maak gebruik van de chatfunctie op [www.vitalize.nl](http://www.vitalize.nl)

## Overige informatie

Calcium Magnesium Forte is een voedingssupplement dat met de grootste zorg is samengesteld en volgens wetenschappelijke inzichten is ontwikkeld. Geproduceerd onder GMP (Good Manufacturing Practice).

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde, evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

Deze gebruiksaanwijzing is niet bedoeld ter vervanging van het advies van uw arts.