



Магний Комплекс

Универсальная поддержка для нервной системы и здоровья всей семьи



ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ

Екатерины Хабиковой



Магний Комплекс

Универсальная поддержка
для нервной системы и
здоровья всей семьи



**С вами Екатерина Новикова —
доктор натуропат, нутрициолог,
биохимик и создатель бренда
«Доктор Натуропат».**

Универсальность комплекса

Хотя магний часто называют главным минералом женского здоровья, он жизненно необходим каждому. Этот комплекс подходит не только женщинам, но и мужчинам, и детям для поддержки нервной системы, повышения устойчивости к стрессу, улучшения сна и восполнения дефицита магния.



Магний Комплекс — это поддержка организма в каждом возрасте.

Он создан для того, чтобы **вернуть энергию, внутреннее равновесие и лёгкость всей вашей семье.**

Магний — незаменимый минерал, участвующий более чем в 300 биохимических процессах:

- он **регулирует работу нервной системы**, участвует в выработке энергии,
- **поддерживает гормональный баланс**, сон и здоровье сердца.

Основные эффекты

- 🌿 **Снижает уровень стресса** и раздражительности
- 🌿 **Улучшает качество сна** и способствует расслаблению
- 🌿 **Помогает при ПМС** и менструальных спазмах
- 🌿 **Поддерживает гормональное равновесие** в период перименопаузы и менопаузы
- 🌿 **Нормализует обмен веществ** и уровень сахара в крови
- 🌿 **Поддерживает работу сердца** и сосудов
- 🌿 **Улучшает концентрацию**, память и устойчивость к стрессу
- 🌿 **Способствует здоровому уровню энергии и выносливости**



Показания к применению:

- **стресс**, тревожность, раздражительность
- бессонница, **поверхностный** или **прерывистый сон**
- **ПМС**, болезненные менструации, перепады настроения
- **повышенная утомляемость**, упадок сил, мышечные судороги
- **склонность** к отёкам и задержке жидкости
- склонность к мигреням, **головным болям** напряжения
- **гормональный дисбаланс** в зрелом возрасте
- **низкий уровень энергии**, частые **простуды**, нервное **истощение**



Действие компонентов:

Магний бисглицинат — одна из самых мягких и усвояемых форм магния.

Помогает расслабить нервную систему, улучшает сон, снижает тревожность и мышечное напряжение.

Подходит для ежедневного приёма, не раздражает желудок.

Магний цитрат — улучшает пищеварение, обладает лёгким детокс-эффектом, поддерживает выведение токсинов и нормальный стул.

Помогает снять спазмы и мышечное напряжение.

Магний малат — источник энергии и выносливости.

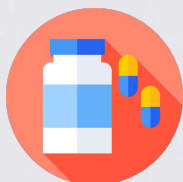
Повышает жизненный тонус и помогает справляться с апатией и сонливостью.

Витамин B6 (P-5-P) — активная форма витамина, усиливающая усвоение магния, поддерживает синтез серотонина и дофамина — гормонов радости и мотивации.

Комбинация магния и B6 снижает проявления ПМС и стресс.

Таурин — аминокислота, поддерживающая сердечно-сосудистую систему и усиливающая успокаивающее действие магния.

Томатный порошок — природный источник калия и ликопина, улучшает водно-солевой баланс и защищает клетки от окислительного стресса.



Как принимать

Взрослым (мужчинам и женщинам): по 2 капсулы за час до сна, запивая стаканом воды.

Детям с 6 лет: по 1 капсуле за час до сна, запивая стаканом воды.

Минимальный курс: 3 месяца непрерывно, можно повторять 2-3 раза в год.

Примечание

Для снижения тревожности, повышения энергии и концентрации в течение дня, а также для снятия мышечного напряжения:

Взрослым: по 1 капсуле 2 раза в день (утром и днем) во время еды.

Детям с 6 лет: по 1 капсуле в первой половине дня во время еды.

Минимальный курс: 3 месяца непрерывно, можно повторять 2-3 раза в год.

Рекомендации по применению:

Для максимального эффекта рекомендуется сочетать Магний Комплекс с продуктами поддержки ЖКТ и печени



МетаБиотик — по 1 чайной ложке 2-3 раза в день за 30 минут до еды (восстановление микробиоты, снятие воспаления).



Гепадетокс — по 1 капсуле утром и вечером во время еды (поддержка печени и выведение токсинов).

Вместе они создают систему гармонии и энергии:
восстановление → детокс → баланс и спокойствие.



Поддержите своё тело и нервы с любовью.

Магний Комплекс — ваша защита от стресса и путь к внутренней гармонии.

[Купить МагнийКомплекс](#)



Чтобы получать новости о других продуктах и обновленные инструкции к ним, подпишитесь на официальный канал Доктор Натуропат в Телеграм



[@drnovikovnaturopath](https://www.instagram.com/drnovikovnaturopath)