

# Magnesiocard®

das einzige Magnesiumaspartat-hydrochlorid

Der spezielle, patentgeschützte Wirkstoff zeichnet sich durch eine gute Aufnahme im Körper aus und ist ausschließlich in **Magnesiocard®**-Produkten enthalten.

Unsere Empfehlung:

- \* **Magnesiocard® 2,5 mmol** Filmtabletten
- \* **Magnesiocard® 5 mmol** Pulver zum Trinken
- \* **Magnesiocard® 7,5 mmol** Brausetabletten
- \* **Magnesiocard® forte 10 mmol** Pulver zum Trinken
- \* **Magnesiocard® forte 10 mmol Orange** Pulver zum Trinken
- \* **Magnesiocard® retard 15 mmol** Beutel mit Retardtabletten
- \* **zuckerfrei**



Mineralstoff-  
**VERIA** kompetenz

Verla-Pharm ist umweltzertifiziert nach EMAS. Der sparsame Umgang mit Ressourcen und eine ökologische Produktion haben traditionsgemäß einen sehr hohen Stellenwert. Zudem achten wir auf die Verwendung von Papier mit Umweltsiegel.



**Unser Service:** Für Fragen rund um unsere Produkte stehen wir Ihnen gerne unter der kostenfreien Telefonnummer 0800-1044443, unter [service@verla.de](mailto:service@verla.de) oder unter [www.verla.de](http://www.verla.de) zur Verfügung.  
Verla-Pharm Arzneimittel, 82324 Tutzing

380275/09/23

# Diabetes?

## An Magnesiummangel denken!



[www.magnesium.de](http://www.magnesium.de)

# Diabetiker haben häufig Magnesiummangel

Magnesium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, der in ausreichender Menge mit der täglichen Nahrung zugeführt werden muss. In der Allgemeinbevölkerung ist die Versorgung mit Magnesium nicht immer optimal, z. B. wenn die Ernährung zu wenig Magnesium liefert. Ein weiterer möglicher Grund ist ein erhöhter Magnesiumbedarf, dies ist beispielsweise in Schwangerschaft und Stillzeit, bei sportlicher Aktivität, manchen Erkrankungen oder bei Einnahme bestimmter Medikamente der Fall.

Sehr häufig wird ein Magnesiummangel bei Patienten mit Diabetes mellitus beobachtet. Ein wichtiger Grund dafür ist, dass Diabetiker parallel zur Glucoseausscheidung über den Urin auch vermehrt Magnesium verlieren. Zudem können Ernährung und eine gestörte Magen-Darm-Funktion zu einem Magnesiummangel beitragen.

Aus diesem Grund leiden Diabetiker häufiger an Magnesiummangel-Beschwerden. Diese können von Wadenkrämpfen und Muskelverspannungen bis zu Nervosität, innerer Unruhe, Kopfschmerzen, Herzbeschwerden und einer schlechteren Verwertung des Blutzuckers reichen.

Leider wird an den Zusammenhang zwischen Diabetes und Magnesiummangel viel zu selten gedacht. Dabei ist es gerade für Diabetiker wichtig, ausreichend mit Magnesium versorgt zu sein. Magnesium wird nämlich für die Wirkung des körpereigenen Hormons Insulin benötigt. Ist nicht genügend Magnesium vorhanden, ist die insulinabhängige Aufnahme von Zucker aus dem Blut in die Körperzellen beeinträchtigt – es kommt zu einer so genannten Insulinresistenz mit der Folge erhöhter Blutzuckerspiegel. Ein schlecht eingestellter Blutzuckerspiegel wiederum kann diabetische Folgeerkrankungen begünstigen wie z. B. Erkrankungen der Augennetzhaut (diabetische Retinopathie) und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

## Magnesiummangel

### ist bei Diabetikern besonders häufig

- Diabetiker verlieren viel Magnesium über den Urin.
- Die Magnesiumaufnahme vom Darm in den Blutkreislauf ist weniger effektiv, da bei Diabetes häufig die Aufnahmekapazität des Darms in Mitleidenschaft gezogen ist.
- Wenn eine Gewichtsabnahme erforderlich ist, wird durch die Vermeidung kalorienreicher Lebensmittel (z. B. Nüsse, Schokolade) oftmals zu wenig Magnesium mit der Nahrung zugeführt.



### Prämierter Kurzfilm:

### Magnesium & Insulin – ein starkes Team

Verla-Pharm präsentiert einen leicht verständlichen und amüsanten Lehrfilm zum Thema Magnesium und Insulin. Das Video lässt sich im Internet unter [www.verla.de](http://www.verla.de) ansehen.

**Magnesiocard® 2,5 mmol/-5 mmol/-7,5 mmol/-forte 10 mmol/-forte 10 mmol Orange/-retard 15 mmol:**

**Wirkstoff:** Magnesium. **Anwendungsgebiete:** Behandlung von therapiebedürftigen Magnesiummangelzuständen, die keiner Injektion/Infusion bedürfen. Nachgewiesener Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (neuromuskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist. **Hinweise: -5 mmol:** enthält Saccharose; **-7,5 mmol:** enthält Aspartam, Kalium, Natrium und Saccharose; **-forte 10 mmol Orange:** enthält Sorbitol.

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.**