ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТОК

MIRRA PROPHYLACTIC
БИОЛОГИЧЕСКИ АКТИВНАЯ ДОБАВКА (БАД) К ПИЩЕ

БАД «МИРРА-МАГНИЙ»
Комплекс с «морским» магнием и экстрактом мелиссы

Фома выпуска: 60 капсул «Веган» массой 0,45 г | арт. 3446



Состав:

- Морской магний (оксид магния получен из морской воды),
- Пищевое волокно камедь акации
- Экстракт листьев мелиссы лекарственной *Melissa officinalis L.*
- Пиридоксина гидрохлорид (витамин B6)
- Рибофлавин (витамин B2)
- Цианокобаламин (витамин B12)
- Фолиевая кислота (витамин B9)
- Целлюлозные капсулы
- Вспомогательные компоненты

- Восполняет дефицит магния
- Укрепляет нервную систему, улучшает сон, снижает эмоциональное напряжение и общую тревожность
- Поддерживает нормальную работу сердца и головного мозга
- Предупреждает появление мышечных спазмов и сохраняет плотность костей, предотвращая остеопороз

Биологически активные компоненты	Содержание в 2 капсулах (суточная дозировка)	%
Магний, мг	250	63*2
Витамин B2, мг	3	188*1
Витамин B6, мг	4	200*1
Витамин B9, мкг	450	225*1
Витамин B12, мкг	1,5	150*1

Применение: взрослым 2 капсулы 1 раз в день во время еды. Продолжительность приема – 30 дней. При необходимости прием можно повторить.

*% от рекомендованной суточной потребности согласно ТР ТС 022/2011 «Пищевая продукция в части ее маркировки» (Приложение 2).
1 – Не превышает верхний допустимый уровень потребления
2 – С учетом усвояемости

Пищевая ценность на 100 г: белки – 0 г; жиры – 0 г; углеводы – 4,1 г.
Энергетическая ценность на 100 г: 72 кДж/16 ккал.

Нормы физиологических потребностей в минеральных веществах для детей (МР 2.3.1.0253-21 п. 5.3 Таблица 21)

Показатели (в сутки)	**Возрастные группы**							
	0-3 мес.	4-6 мес.	7-11 мес.	1-2 г.	3-6 лет	7-10 лет	11-14 лет***	15-17 лет***

							мальчики девочки	юноши девушки
Магний, мг	55	60	70	80	200	250	300	400

Магний является важным элементом для здоровья организма. Участвует в сотнях биохимических реакций, необходимых для нормального функционирования клеток, нервов и мышц. Регулярное поступление магния укрепляет нервную систему, улучшает сон, снижает уровень стресса и помогает поддерживать стабильное сердцебиение. Этот важнейший элемент также важен для поддержания плотности костей и предотвращения мышечных спазмов.

Действие активный компонентов:

Адекватные уровни всех витаминов группы В и магния следует получать из здорового питания. Но фактические данные свидетельствуют о том, что значительная часть населения развитых стран страдает от дефицита или незначительной недостаточности магния и одного или нескольких витаминов группы В, что предрасполагает к ряду негативных последствий для здоровья:
- к нарушению оптимальной функции мозга,
- повышению риска возникновения и увеличению тяжести заболеваний:
- сахарного диабета 2 типа,
- сердечно-сосудистых заболеваний и пр.

Создавая комплекс витаминов группы В и магния, мы учли и синергизм работы витаминов и микроэлементов и особенности их всасывания, метаболизма, выведения из организма.

Так в организме происходит синергетическая работа витаминов и микроэлементов. Магний, фолиевая кислота (витамин В9) и цианокобаламин (витамин В12) связаны центральной энергетической молекулой АТФ.
Витамин В12 и фолиевая кислота незаменимы для биосинтеза пуринов, пиримидинов, липидов, аминокислот и нейротрансмиттеров. Пиримидин – центральная часть энергетической молекулы АТФ. Магний – стабилизирует молекулу АТФ и принимает участие во всех энергетических процессах.

Спаянность совместной работы этих нутрицевтических элементов в энергетическом обеспечении обуславливает эффективность комплекса Магний-В9-В12 при профилактике и совместной терапии многих заболеваний в том числе и многих нейродегенеративных заболеваний. Ведь мозг, при весе всего 2% от массы тела, потребляет 20% всей энергии, потребляемой телом.

Неотъемлемым участником получения энергии является и рибофлавин (витамин В2), производное которого - элемент митохондриального комплекса нужного для выработки АТФ. Дефицит рибофлавина усиливает окислительный стресс, повреждает мембраны клеток. В нервной системе рибофлавин необходим для синтеза миелина (оболочка аксона), и его дефицит может нарушать работу нервной ткани.

Пиридоксин (витамин В6) играет важную роль во многих физиологических процессах. Он действует как кофактор в более чем 100 ферментативных реакциях, в том числе в синтезе нейромедиаторов. Для многих реакций нужна энергия АТФ, что тесно связывает витамин В6 с магнием и витаминами В9, В2 и В12.

Конечно, действие витаминов с магнием гораздо шире, чем помощь в снижении рисков нейродегенеративных заболеваний (деменции, стресса, болезнь Паркинсона и пр.). Профилактическое действие затрагивает каждый орган организма, это обусловлено оптимальным функционированием цепи биохимических реакций, снижением окислительного стресса, воспалительных процессов. Положительное влияние магния и витаминов группы В нашло подтверждение во многих экспериментальных и клинических исследованиях.

Экстракт листьев мелиссы лекарственной оказывает успокаивающее и спазмолитическое действие. Добавление экстракта мелиссы от французской компании Нексира, источника розмариновой кислоты, антивозрастной молекулы, с собственным противовоспалительным, антиоксидантным, противовирусным и антиканцерогенным эффектом и способствующей де-гликированию (гликирование - -тесно связанный процесс со старением, особенно усилен при сахарном диабете 2 типа), к витаминам от которых не только зависит энергетика процессов в клетке, но и снижающим такие возрастные процессы, как накопление гомоцистеина (молекула напрямую связанная с усугублением ССЗ), оказывает общее антивозрастное и профилактическое действие.

Кроме этого, розмариновая кислота, гарантированная Европейским производителем экстракта, является сильнейшим природным антисептиком. Розмариновая кислота представляет интерес для фармации и медицины как вещество высокой противовоспалительной, антиоксидантной, противовирусной (антигерпетической), антиаллергической, противоопухолевой активностью при низкой токсичности. Она блокирует аутоиммунизацию щитовидной железы и действие тиреоид-стимулирующего гормона, тем самым препятствуя увеличению щитовидной железы и оказывая опосредованное действие на сердечно-сосудистую систему. Розмариновая кислота хорошо проникает через кожу в костно-мышечную ткань, в связи с чем рассматривается как многообещающее нестероидное противовоспалительное средство профилактики тромбофлебита, артритов, ревматизма, подагры и др. Розмариновая кислота препятствует образованию ангиотензина, олигопептидного гормона, ответственного за вазоконстрикцию (сужение сосудов), повышение артериального давления и высвобождение другого гормона, альдостерона, из коры надпочечников в кровоток. Кроме того, розмариновая кислота обладает кардио- и нефропротекторными, иммуномодулирующими свойствами. Она ингибирует активность ацетилхолинэстеразы, глутатионредуктазы, альдозоредуктазы, ангиотензинпревращающего фермента и снижает генои цитотоксическое действие ионизирующей радиации.

Розмариновая кислота угнетает процессы перекисного окисления липидов в микросомах мозга, печени и почек, а также образование анионов супероксида в системе ксантин/ксантиноксидаза. Она обратимо угнетает люминол-зависимую хемилюминесценцию сегменто-ядерных гранулоцитов человека, т. е. секрецию этими клетками свободных радикалов кислорода и H2O2. В присутствии розмариновой кислоты уменьшается интенсивность гемолиза эритроцитов под влиянием перекиси водорода и полиморфонуклеаров, стимулированных форболмиристатацетатом. Считается, что она связывает свободные радикалы кислорода во внеклеточной среде. Противовоспалительные свойства розмариновой кислоты обусловлены также антикомплементарной активностью. В связи с этим можно считать розмариновую кислоту перспективной для лечения эндотоксического шока и других иммунопатологических состояний, обусловленных чрезмерной активацией системы комплемента. Кроме антикомплементарной и антирадикальной активности, в основе противовоспалительного действия розмариновой кислоты лежит ее способность угнетать активность лизосомальных протеаз (эластазы, сериновых протеаз) . Установлено, что розмариновая кислота блокирует связывание интегразы вируса иммунодефицита человека (ВИЧ-1) с ДНК провируса и, очевидно, таким образом тормозит ее интеграцию в хромосому клетки.
ДНК провируса и, очевидно, таким образом тормозит ее интеграцию в хромосому клетки.

Пояснения по дозировке

Витамины группы В

Витамины группы В в комплексе представлены в количествах, которые больше рекомендованных суточных доз, так как:

1. Дозировки витаминов группы В могут безопасно превышены – водорастворимые витамины группы В легко выводятся из организма.
2. Эпидемиологические данные говорят о том, что:

- польза от витаминов группы В выходит далеко за рамки принятых биохимических порогов дефицита

- потребление даже рекомендуемой суточной нормы витаминов группы В не способна устранить риск их недостаточности у значительной части населения.

3. К сожалению, дозировки витаминов В группы в действующем техническом регламенте РФ существенно отличаются от уже отработанных и клинически обусловленных норм в Европе и Америке. Именно дозировки по витаминам В и витамину Д в настоящее время вызывают массу споров у врачей, нутрициологов и потребителей. В проекте нового регламента уже внесены эти правки. Вступление ожидаем в 2027 году. Пока же потребитель, выбирает зарубежные аналоги явно руководствуюсь бОльшими дозировками. И тут мы немного идем на опережение ситуации, но все еще в рамках нашего законодательства.

Магний

Небольшой дефицит магния характерен практически для каждого. Это обусловлено невысокими концентрациями магния в продуктах питания, наличием в продуктах веществ, мешающих полноценному усвоению магния из пищи. Поэтому рекомендовано корректировать дефицит магния при помощи специальных добавок.

Дозировки магния не желательно превышать без специального врачебного назначения. Это продиктовано особенностями усвоения и выведения полезного иона. При высоких дозах в кишечнике снижается усвоение магния, а почки сбрасывают много магния. При резкой отмене ежедневных огромных дозировок, какое-то время по-прежнему будет усваиваться не большой процент, а выводиться большое количество магния, что повышает риск развития гипомагниемии. Прием более умеренных количеств магния более безопасен и физиологически обусловлен, что объясняет процент содержания магния в нашем комплексе. Кроме того, природная форма магния (Симаг 55) обеспечивает лучшее усвоение без побочных эффектов. Технология получения магния от французской компании Нексира от природные бассейны-солончаки, где морская вода высыхает только под действием солнца. Фракционированием, то есть естественной сортировкой из морской воды, концентрируется магний и сера, в отличие от NaCl (поваренная соль), вызывающей задержки жидкости и рост артериального давления.

По биодоступности именно оксида магния предлагаем ознакомиться с рядом международных клинических исследований ниже по ссылке. До сих пор возникает множество вопросов по приоритетности форм. Данная ссылка указывает на высокую доступность усвоения организмом магния из оксида магния, тем более наш ингредиент Симаг 55 имеет природное естественное происхождение.

Биодоступность оксида и других соединений магния при пероральном приеме (обзор) | Барсук А.Л. | «РМЖ» №2 от 31.01.2014

Биодобавку МИРРА-МАГНИЙ принимают во время еды, курсами, как отдельно, так и в комплексе с другими БАД.

Ниже приведены схемы приема средства в профилактических целях:

Коррекция дефицита магния

Курс	БАД	Кол-во капсул/ таблеток на прием	Кол-во приемов в день	Длительность курса, дни
1	МИРРА-МАГНИЙ	2	1	30
Перерыв – 1-2 дня				
2	МИРРА-МАГНИЙ	2	1	30

Противопоказания: индивидуальная непереносимость ингредиентов, беременность, кормление грудью.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ РЕКОМЕНДУЕТСЯ ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С ВРАЧОМ.