bioclinic naturals
solutions naturelles + résultats cliniques
bioclinicnaturals.com

Magtein[MD] L-thréonate de magnésium – Soutient les fonctions cognitives

Quelques mots sur Magtein L-thréonate de magnésium

- Fournit 667 mg de Magtein L-thréonate de magnésium, équivalant à 48 mg de magnésium élémentaire.
- Formulé avec Magtein, une forme brevetée de L-thréonate de magnésium qui traverse la barrière hémato-encéphalique et soutient les fonctions cognitives.
- Fournit la seule forme de magnésium dont les essais cliniques ont démontré qu'elle augmente les taux de magnésium dans le cerveau.
- Contrôle la structure et la fonction des neurones cérébraux dans le cortex préfrontal et l'hippocampe.
- Soutient la signalisation du récepteur N-méthyl-D-aspartate (NMDA), la densité synaptique et la neurotransmission dans le cortex préfrontal et l'hippocampe.[1]
- Protège contre l'inflammation cérébrale en neutralisant le stress oxydatif.[2]
- Formulé pour une biodisponibilité optimale afin de soutenir le cerveau vieillissant.
- Aide à maintenir la santé cardiovasculaire chez l'adulte.

Comment prendre Magtein L-thréonate de magnésium

- Prendre 1 capsule 3 fois par jour ou suivre les recommandations d'un praticien de la santé. Utiliser pendant au moins 6 semaines pour être en mesure de constater les effets bénéfiques sur les fonctions cognitives. Consulter un praticien de la santé si l'usage se prolonge au-delà de 3 mois.

Mises en garde et contre-indications

- Consulter un praticien de la santé avant d'utiliser ce produit si vous avez une fonction rénale diminuée, si vous êtes enceinte ou si vous allaitez.

Interactions médicamenteuses

- Consulter un praticien de la santé avant d'utiliser ce produit si vous prenez des diurétiques d'épargne potassique, des phosphates de cellulose sodique, de la digoxine, du sulfonate de polystyrène de sodium, des bisphosphonates, des médicaments pour la thyroïde ou des antibiotiques.
- Séparez la dose d'antibiotiques d'au moins 2 heures avant ou 4 à 6 heures après la supplémentation.

Quelques conseils santé

- ☐ L'exercice physique, en particulier l'exercice aérobique, favorise la cognition, notamment la mémoire, la vitesse de traitement et la fonction exécutive.[3]
- ☐ Le régime DASH et l'exercice physique, seuls ou ensemble, peuvent soutenir la cognition.[4]
- ☐ Le régime alimentaire MIND (une combinaison des régimes méditerranéen et DASH) peut aider à inverser les changements négatifs de la structure et du fonctionnement du cerveau causés par l'obésité. Les bienfaits peuvent être renforcés par une restriction calorique modérée.[5]
- ☐ Une consommation supplémentaire de poisson, associée au régime MIND, peut favoriser l'amélioration des fonctions cognitives.[6]
- ☐ Le thé vert matcha peut favoriser l'amélioration des fonctions cognitives.[7]
- ☐ Un sommeil adéquat est nécessaire pour une cognition optimale. [8,9]

NOM DU PATIENT : _____

NOTES DU PRATICIEN :

COORDONNÉES DU PRATICIEN :

9230117

Les informations ne sont fournies qu'à titre éducatif et nullement à des fins d'autodiagnostic ou d'automédication pour des affections devant être évaluées et traitées par un praticien de la santé. Ce produit ne vise nullement à diagnostiquer, à traiter, à guérir ou à prévenir quelque maladie que ce soit. © Tous droits réservés – Bioclinic Naturals[MD] Canada. La marque Bioclinic Naturals Canada est distribuée par Assured Natural Distribution Inc.

Références

1. Zarate, C., Duman, R.S., Liu, G., et al. (2013). New paradigms for treatment-resistant depression. *Ann NY Acad Sci, 1292,* 21-31.
2. Maier, J.A.M., Locatelli, L., Fedele, G., et al. (2023). Magnesium and the brain: A focus on neuroinflammation and neurodegeneration. *Int J Mol Sci, 24,* 223.
3. Chapman, S.B., Aslan, S., Spence, J.S., et al. (2013). Shorter term aerobic exercise improves brain, cognition, and cardiovascular fitness in aging. *Front Aging Neurosci, 5,* 75.
4. Blumenthal, J.A., Smith, P.J., Mabe, S., et al. (2020). Longer term effects of diet and exercise on neurocognition: 1-year follow-up of the ENLIGHTEN trial. *J Am Geriatr Soc, 68*(3), 559-68.
5. Arjmand, G., Abbas-Zadeh, M., & Eftekhari, M.H. (2022). Effect of MIND diet intervention on cognitive performance and brain structure in healthy obese women: A randomized controlled trial. *Sci Rep, 12*(1), 2871.
6. Kühn, L., MacIntyre, U.E., Kotzé, C., et al. (2022). Twelve weeks of additional fish intake improves the cognition of cognitively intact, resource-limited elderly people: A randomized control trial. *J Nutr Health Aging, 26*(2), 119-26.
7. Sakurai, K., Shen, C., Ezaki, Y., et al. (2020). Effects of matcha green tea powder on cognitive functions of community-dwelling elderly individuals. *Nutrients, 12*(12), 3639.
8. Aslanyan, V., Ortega, N., Fenton, L., et al. (2023). Protective effects of sleep duration and physical activity on cognitive performance are influenced by β-amyloid and brain volume but not tau burden among cognitively unimpaired older adults. *NeuroImage Clin, 39,* 103460.
9. Chen, J.C., Espeland, M.A., Brunner, R.L., et al. (2016). Sleep duration, cognitive decline, and dementia risk in older women. *Alzheimers Dement, 12*(1), 21-33.