

FAQ-Zusammenfassung zum WebSeminar

„Magnesium – wichtig für Muskeln, Nerven & Knochen“

von Mittwoch, 26.04.2023



Frage 1:

Wie groß sind die Magnesium Diasporal® Pro Depot Tabletten?

Antwort:

Die Tablette ist ca. 2,3 x 0,7 x 1cm groß und ist teilbar.



Frage 2:

Wann ist die beste Einnahmezeit? Morgens aufgrund der B-Vitamine?



Antwort:

Die Einnahme ist zu jeder Tageszeit möglich, sollte aber 15-30 min. vor einer Mahlzeit erfolgen.

Frage 3:

Wie lautet die Empfehlung zur Calcium-Einnahme zur Osteoporose-Prophylaxe, in welchem Abstand sollten die Mineralstoffe eingenommen werden? Morgens und abends?



Antwort:

Nach neuestem wissenschaftlichen Stand gibt es keine Hemmung bei gleichzeitiger Einnahme von Calcium und Magnesium.

Frage 4:

Ist eine Langzeitanwendung der Magnesium Diasporal® Pro Produkte möglich? Oder gibt es eine Beschränkung hinsichtlich der Anwendungsdauer?

Antwort:

Nahrungsergänzungsmittel sind „ergänzend“ zur Nahrung gedacht und sollten kein Ersatz für eine gesunde Ernährung sein. Eine längerfristige Einnahme von Magnesium ist aber grundsätzlich möglich. Grundvoraussetzung ist eine intakte Nierenfunktion (GFR > 30 ml/min.).

Frage 5:

Kann man die Diasporal® Pro Direkt-Sticks im Wasser auflösen?

Antwort:

Die Direktsticks sind nicht geeignet, um in Wasser gelöst zu werden. Sie sind zur direkten Einnahme gedacht.



Frage 6:

Ab welchem Alter ist Diasporal® Pro direkt geeignet? Kann es für Kinder als Migräneprophylaxe empfohlen werden?

Antwort:

Magnesium Diasporal® Pro (Direktsticks und Tabletten) sind ab 13 Jahren geeignet. Da bekannt ist, dass Migränepatienten oftmals einen Magnesiummangel aufweisen, kann es sinnvoll sein, Magnesium Diasporal® Pro zur Unterstützung einzunehmen.

Frage 7:

Was wäre für eine Dame nach/ in den Wechseljahren im stressigen Berufsalltag empfehlenswert? Die Wechseleinnahme von Diasporal® Pro Depot Muskeln und Nerven und Diasporal® Pro Depot Muskel und Knochen?



Antwort:

Pro Tag sollte nur eines der gewünschten Präparate genommen werden. Eine Wechseleinnahme ist möglich. Dies kann individuell gestaltet werden: tageweise im Wechsel, im wöchentlichen Wechsel oder auch der Wechsel nach einer Packung.

Frage 8:

Sind 50 µg Vitamin D in der Depot Tablette nicht zu wenig, um den Vitamin D-Spiegel aufzubauen? Könnte man, wenn ein Mangel besteht, auch 2 Tabletten pro Tag einnehmen?

Antwort:

Bei Diasporal® Pro Depot handelt es sich um ein Nahrungsergänzungsmittel, das nur ergänzend zur Ernährung gedacht ist, um evtl. fehlende oder nicht ausreichende Nährstoffe zuzuführen. Es ist nicht dafür gedacht, einen Mangel auszugleichen. Die Anwendungsempfehlung von einer Depot-Tablette pro Tag sollte eingehalten werden. Weniger (1/2 Tablette pro Tag) ist möglich, aber nicht mehr als 1 Tablette pro Tag.

Frage 9:

Vitamin K beeinflusst ja auch die Blutgerinnung. Wie sieht es aus mit gleichzeitiger Einnahme von Blutverdünnern? (Marcumar)

Antwort:

Einnahme nur nach Rücksprache mit dem Arzt! Dieser Hinweis steht auch auf der Faltschachtel.

Frage 10:

Was ist bei der Einnahme von ASS 100mg zu beachten in Bezug auf Vitamin K₂?

Antwort:

Auch hier empfiehlt sich eine Rücksprache mit dem Arzt.

Frage 11:

Wie wird das Magnesium vom Magen vertragen? Viele bekommen Bauchschmerzen und Durchfall!

Antwort:

Gute Verträglichkeit. Die Depot-Tablette kann bei empfindlichen Personen auch geteilt werden.

Frage 12:

Wenn doch für die Aufnahme von Magnesium Salzsäure benötigt wird, was mache ich dann mit den vielen Kunden, die PPI- Hemmer nehmen?



Antwort:

Diese Problematik besteht nur bei anorganischen Magnesiumverbindungen. Hier empfiehlt sich, eine organische Magnesiumverbindung wie bspw. Magnesiumcitrat zu wählen, da hier die Aufnahme im leicht basischen Milieu des Dünndarms erfolgt.

Frage 13:

Da es sich bei den Diasporal® Pro Produkten um Nahrungsergänzungsmittel handelt, ist bei den Präparaten auch wirklich so viel mg der verschiedenen Mineralstoffe/ Vitamine drin, wie deklariert?

Antwort:

Ja, da wir ein Pharmahersteller sind, machen wir keine Unterschiede im Hinblick auf Arzneimittel oder Nahrungsergänzungsmittel bezüglich der Herstellung und Überprüfung der Qualität.

Frage 14:

Welche Nahrungsmittel / Stoffe sind denn Mg-Räuber? Phosphatreiche Lebensmittel und bestimmte Medikamente?

Antwort:

Als Magnesium-Räuber bezeichnet man Stoffe, die zu einer erhöhten Magnesium-Ausscheidung führen, wie z.B. Alkohol, Diuretika, Laxantien und Aminoglykosidantibiotika (Gentamycin, Tobramycin) oder Stoffe, die Komplexe mit Magnesium bilden, wie bspw. Tetracycline, Phytinsäuren und Oxalate. Auch eine Langzeit-Therapie mit Protonenpumpeninhibitoren (z.B. Omeprazol, Pantoprazol) kann aufgrund der Beeinträchtigung der Mg- Resorption zu einem schweren Mg-Mangel führen.

Frage 15:

Wie beurteilen Sie die Resorption von Mg über die Haut?

Antwort:

Aufgrund der derzeitigen Datenlage können wir als Hersteller von oralen und parenteralen Magnesiumpräparaten den Einsatz von transdermalem Magnesium nicht befürworten.

