



## Potasiu 99mg 100 cps VITAKING

**Potasiul** este unul din elementele predominante ale regimului vegetal. Tonic cardiac si tonic muscular, el stimuleaza peristaltismul intestinal si intervine in reglementarea suprarenalelor.

Contribuie impreuna cu sodiul, la echilibrarea balantei apei in organism si la normalizarea batailor inimii.

Cand nu se respecta raportul normal intre sodiu si potasiu, are de suferit functionarea nervilor si a musculaturii. Hipoglicemia (nivelul scazut al glucozei in sange) ca si diareea prelungita sau foarte severa determina pierderi de potasiu. Nu s-au stabilit doze necesare, dar cantitati de 1600-2000 mg sunt considerate suficiente pentru un adult sanatos.

Atat stresul mental cat si cel fizic pot determina carente de potasiu.

Potasiul asigura o gandire clara prin alimentarea creierului cu oxigen. Ajuta la eliminarea rezidurilor organice.

Adjuvant in tratamentul hipertensiunii arteriale. Se utilizeaza in tratamentul alergiilor.

**Carenta de potasiu** produce hipoglicemie, edeme, degenerarea muschiului inimii si a muschilor scheletici, influentand in mod negativ si cresterea. Prezenta simultana a apei si a potasiului in fructe si legume le confera acestora o pronuntata actiune diuretica.

Dintre dusmanii potasiului fac parte: alcoolul, cafeaua, zaharul si diureticele, stresul fizic si cel psihic, fumatul.

Tratamentele cu prednison provoaca pierderi in potasiu si retineri de sodiu in organism.

Daca sunteti un mare consumator de cafea, probabil ca oboseala pe care o resimti se datoreaza deficitului de potasiu. Daca obisnuiti sa beti mari cantitati de alcool, sau daca mancati multe dulciuri, este foarte posibil ca nivelul potasiului din organismul dumneavoastra sa fie scazut.

Daca sunteti hipoglicemic, aveti predispozitie la pierderi de potasiu odata cu retinerea apei in tesuturi, iar daca luati diuretice pierderile de potasiu vor fi si mai mari. Consumati mai multe vegetale verzi si luati o cantitate suficienta de magneziu, astfel incat sa va reechilibrati balanta minerala.

### INGREDIENT ACTIV:

Potasiu (Gluconat de potasiu) 99mg (\*5)

\*\*\*Valori nutritionale de referinta (%VNR)

**Ingrediente:** gluconat de potasiu, gelatina, faina de orez, stearat de magneziu.

**Doza zilnica recomandata:** 4 capsule. Suplimentele alimentare nu trebuie sa inlocuiasca un regim alimentar variat. A se pastra intr-un loc racoros, ferit de caldura, umiditate si lumina excesiva. Nu depasiti doza zilnica recomandata! Nu lasati la indemana si la vederea copiilor mici!