

## **Склад**

1 саше містить: *активні інгредієнти*: цитрат магнію – 1970 мг, в перерахунку на елементарний магній – 300 мг, вітамін В<sub>6</sub> (піридоксин гідрохлорид) – 30 мг.

## **Рекомендації щодо застосування**

Метида є додатковим джерелом магнію природного походження з високою біодоступністю, сировина для якого видобувається з Мертвого моря і вітаміну В<sub>6</sub> (піридоксину гідрохлориду).

Метида рекомендується з метою нормалізації функціонального стану нервової системи при незбалансованому харчуванні або підвищеної потреби в магнії і вітаміні В<sub>6</sub> при негативному впливі довкілля, надмірних фізичних і психічних навантажень, вагітності, при підвищеній втомлюваності або слабкості, порушення сну, дратівливості, підвищеній збудливості, тривожності, м'язових судомах, відчутті поколювання в м'язах.

## **Спосіб застосування та дози**

Вживати дорослим по 1 саше на добу. Вміст 1 саше розчинити в 100–150 мл питної води кімнатної температури або овочевого або фруктового соку, розмішати і випити. Приймати після їжі. Перед застосуванням рекомендується проконсультуватися з лікарем.

## **Особливості щодо застосування**

Не містить підсолоджувачів, ароматизаторів, барвників, тому його смак є практично нейтральним (тобто майже не має стороннього смаку). До його складу також не входять добавки синтетичного походження, які покращують розчинність та колір порошку, однак, не мають користі для організму. Смак можна регулювати, використовуючи (за відсутності індивідуальної несприйнятливості) цукор, мед, додавши більше питної води або соку.

## **Протипоказання**

Індивідуальна непереносимість, важкі порушення функції нирок, тяжка артеріальна гіпотензія.

## **Форма випуску**

30 саше в упаковці, порошок в саше по 2,0 г ± 5%.