

Всяка години повече от 300 000 жени счупват бедрена кост в резултат на остеопороза. Преди да измине година, една от всеки пет умира.

Магнезият играе значителна роля за предотвратяване на остеопорозата в периода след менопаузата. Изследванията показват, че магнезият подобрява минералната плътност на костите. Без адекватно количество магнезий калцият не може да влезе в костите. Излагането на тежки метали също влияе върху костната плътност. Жените в менопауза може да страдат от остеопороза в резултат на дефицит на естроген, но чупли-востта на костите нараства с увеличаване на магнезиевия дефицит. На жените в менопауза се препоръчва да консумират много калций, но при-емът на достатъчно магнезий е необходим, за да намали съотношение на калций/магнезий, защото ако е голямо, то предизвиква съсирване на кръвта. На група жени в менопауза е даван магнезиев хидроксид, за да се прецени влиянието на магнезий върху костната плътност. В края на дву-годишното изследване става ясно, че магнезиевата терапия е предотвратила фрактурите и е довела до значително увеличаване на костната плътност. За връзката между калция и магнезия се говори обстойно в главата за калция и магнезия.

\* От книгата на д-р. Марк Съркъс " Трансдермална терапия с магнезий"

[\*\*МАГНЕЗИУМ КЛИНИК - Профилактика и лечение на симптоми и болести причинени от магнезиев дефицит\*\*](#)

[\*\*В МАГНЕЗИУМ КЛИНИК най-добрите лекари, съчетаващи най-доброто от традиционната, хомеопатичната и интегративната медицина, ще ви консултират и излекуват от болести причинени от магнезиев дефицит в организма\*\*](#)