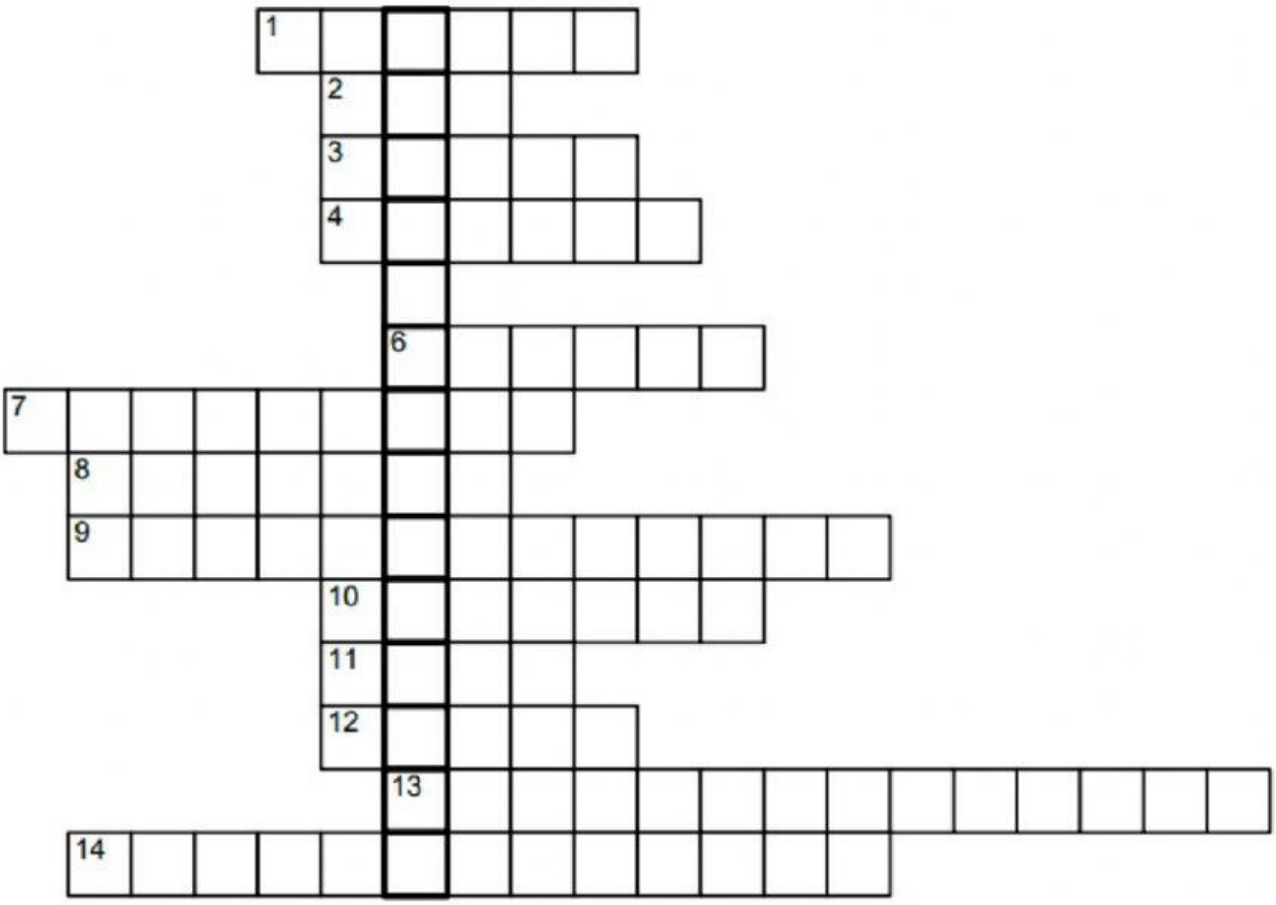
SOLE MINERALNE



1. Wspólnie z wapniem wzmacnia kości.
2. Potrzebny do prawidłowego działania tarczycy.
3. Wzmacnia szkliwo.
4. Jest składnikiem hemoglobiny.
6. Gdy go brak odczuwasz bolesne skurcze mięśni.
7. Masz ją, gdy brakuje fluoru.
8. Ból głowy, może być spowodowany brakiem magnezu.
9. Pierwiastki występujące w dużej ilości.
10. W nich dużo magnezu.
11. Składnik kości i zębów.
12. Zawiera dużo wapnia.
13. Choroba spowodowana brakiem żelaza.
14. Pierwiastki, które wpływają na przebieg reakcji chemicznych.