



**RAVIMIAMET**

Bioteek OÜ  
Kadaka tee 4  
10621 TALLINN

21.05.2026 nr JV-4/1955-2

## **OTSUS**

### **Real Foods Oy toote Ilta Magnesium kapslid määratlemiseks**

Ettevõtte Bioteek OÜ esitas Ravimiametile 09.04.2026 taotluse ettevõtte Real Foods Oy toote Ilta Magnesium kapslid ravimina määratlemiseks.

Võttes arvesse kõiki andmeid toote koostise, omaduste ja avalikustatud teabe kohta ning tuginedes ravimiseaduse § 2 lõigetele 1 ja 2, sotsiaalministri 13.04.2005. a määruse nr 59 “Aine või toote ravimina määratlemise tingimused ja kord” § 2 lõigetele 1–4 ning § 3 lõigetele 1–3 ja 6,

#### **otsustab Ravimiamet**

määratleda ettevõtte Real Foods Oy toode Ilta Magnesium kapslid ravimite hulka mittekuuluvaks, kuna tootel puuduvad ravimile omased toimed (farmakoloogiline, immunoloogiline või metaboolne) ja tootega ei kaasne informatsiooni, mis oleks aluseks toote ravimina määratlemiseks.

Vaide käesolevale otsusele saab esitada Ravimiametile 30 päeva jooksul arvates otsuse teatavakstegemisest vastavalt haldusmenetluse seaduse § 71 lõikele 1 ja §-le 75. Kui otsuse saaja soovib otsust vaidlustada halduskohtus, võib ta vastavalt halduskohtumenetluse seadustiku § 7 lõikele 1 ja § 46 lõikele 1 esitada kaebuse otsuse peale Tartu Halduskohtule 30 päeva jooksul otsuse teatavaks tegemisest arvates.

(allkirjastatud digitaalselt)

Evelin Saar  
Järelevalveosakonna spetsialist

Lisa. Ettevõtte Real Foods Oy toote Ilta Magnesium kapslid määratlemiseks taotluses esitatud andmed (2 lk).

Lisa.

**ÕHTUNE MAGNEESIUMI KOMPLEKS, 120 kapslit**

Toidulisand

**Koostisosad:** Magneesiumdiglütsinaat, punaka kannatuslille (*Passiflora incarnata*) maaepalsete osade ekstrakt, L-trüptofaan, L-teaniin, stabilisaator (hüdroksüpropüülmetüülselluloos - taimne kapsel).

**Toitained päevases annuses, 1-4 kapslis:**

Magneesium 125-500 mg

L-teaniin 25-100 mg

L-trüptofaan 50-200 mg

Punaka kannatuslille ekstrakt 50-200 mg

**Manustamine:** Vajadusel 1-4 kapslit umbes tund enne magamaminekut või vastavalt tervisespetsialist soovitusetele.

**Hoiatused:** Mitte kasutada koos unerohutude ega antidepressantidega. Raseduse või imetamise korral pidada enne toote kasutamist nõu tervisespetsialistiga. Mitte ületada päevast kogust ega kasutada mitmekesise toitumise asendajana. Oluline on toituda mitmekülselt ja tasakaalustatult ning harrastada tervislikku elustiili. Hoida lastele kättesaamatus kohas.

**Säilitamine:** Kuivas ja jahedas, otsese päikese eest kaitstult.

**Parim enne:** Kuupäev pakendil.

**Tootja:** Real Foods Oy, Soome

**Turustaja:** Bioteek OÜ, Kadaka tee 4, Tallinn 10621, Eesti

**Lisainfo:** [www.biotheka.ee](http://www.biotheka.ee)

Hyvinvoinnin uusi taso

**P**

PUHDISTAMO

**ILTA  
MAGNESIUM**

**60** kaps. | **125 mg** magn. per kaps. | KEHON & MIELEN PALAUTUMISEEN¹

LAATUA  
LEMPÄÄLÄSTÄ

PALAUTUMISEEN  
& LEPOON¹

## Magnesiumkapseli / Magnesiumkapsel

Puhdistamon lita Magnesium on magnesium-yrttiuutevalmiste. Magnesiumglysinaatti palauttaa kehoa ja mieltä stressaavankin arjen keskellä, sillä 1 magnesium edistää normaaleja psykologisia toimintoja ja hermoston normaalia toimintaa. Valmisteen sisältämä l-tryptofaani on välttämätön aminohappo, joka on sekä serotoniinin ja melatoniinin lähtöaine. Tuotetta suositellaan käytettäväksi iltaisin, ja se voi auttaa parempilaatuisen unen tavoittelussa.

TÄYTEAINEETON

VEGAANINEN

### Suositteltu vuorokausiannos / Rekommenderad daglig dos:

1-4 kapselia tarvittaessa noin tunti ennen nukkumaanmenoa. / 1-4 kapslar ca en timme före sänggående. Vuorokausiannos sisältää /

Daglig dos innehåller:

	1 kaps.	4 kaps.
Magnesium	125 mg 33 %*	500 mg 133 %*
L-teaniini / L-teanin	25 mg	100 mg
L-tryptofaani/L-tryptofan	50 mg	200 mg
Kärsimyskukkauute /	50 mg	200 mg
Extrakt av passionsblomma		

\*Päivittäisestä saantisuosituksesta / av rekommenderat dagligt intag

### Ravintolisä / Kosttillskott

**Ainesosat:** Magnesium (magnesiumbisglysinaatti), kärsimyskukkauute (Passiflora incarnata L), l-tryptofaani, luontainen l-teaniini. Kapseli: Hydroksiipropylimetyyliselluloosa  
**Ingredienser:** Magnesium (magnesiumbisglysinaatti), ekstrakt av passionsblomma (Passiflora incarnata L), l-tryptofan, naturligt l-teanin. Kapsel: Hydroxiipropylmetyllcellulosa  
**Säilytys / Förvaras:** Huoneenlämmössä, kuivassa ja valolta suojattuna. / I rumstemperatur, torrt och skyddad mot ljus.  
**Pääainesosan alkuperämaa / Huvudingrediensens ursprungsland:** Muu kuin EU / Icke EU  
**Valmistettu / Tillverkad i:** Suomi / Finland  
**Valmistaja / Tillverkare:** Puhdistamo - Real Foods Oy, Ruokosmetsäkatu 10, 37570 Lempäälä

**Ravintolisä** ei korvaa monipuolista ja tasapainoista ruokavaliota eikä terveitä elämäntapoja. Päivittäistä annossuositusta ei tule ylittää. Säilytettävä lasten ulottumattomissa. Ei käytettäväksi yhdessä uni-, nukahtamis- tai masennuslääkityksen kanssa. **Kosttillskott** bör inte användas som ett alternativ till en varierad kost. Rekommenderat dos bör ej överskridas. Förvaras utom räckhåll för små barn. Använd ej med sömtabletter eller antidepressiva läkemedel.

Parasta ennen / Bäst före:

52 g



000208 PM100427 01.25-4