

Что такое магний? Стоит ли придавать ему большое значение?

Зачем магний человеку?

Магний участвует более чем в 300 биохимических процессах, обеспечивая нормальную работу нервной системы, сердца, мышечной и костной ткани. При этом сам организм не может синтезировать этот макроэлемент: получить магний можно только из пищи и биодобавок.

Главная роль магния — участие в нервной регуляции. Он способствует снижению уровня стресса, уменьшает тревожность и улучшает качество сна благодаря тому, что участвует в выработке кортизола и синтезе мелатонина.

Магний крайне необходим и для сердечно-сосудистой системы: он помогает поддерживать стабильный сердечный ритм, предотвращает сосудистые спазмы и нормализует артериальное давление.

Около 60% всего магния сосредоточено в костной ткани: вместе с кальцием и витамином D он обеспечивает прочность скелета. Поэтому работа мышц и прочность костей также зависят от уровня магния.

Его дефицит может приводить к непроизвольным мышечным сокращениям (судорогам, спазмам, тикам), а также к снижению плотности костной ткани: кости становятся хрупкими и уязвимыми для переломов.

Нехватка магния сильно отражается на нервной системе - возникает повышенная раздражительность, тревожность, нарушается сон и снижается концентрация внимания.

При недостатке магния страдает сердечно-сосудистая система: могут возникать нарушения сердечного ритма, колебания артериального давления и повышенная склонность к образованию тромбов.

Магний участвует в процессе производства глутатиона — одного из самых мощных антиоксидантов. Это объясняет, почему достаточный уровень магния способствует замедлению процессов старения.

Как видно, роль магния для человека очень велика.

А что же с растениями? У них же нет тревожности и нарушения сна.

Оказывается, для растений магний просто жизненно необходим, так как входит в состав хлорофилла, а значит, необходим для фотосинтеза. Он также способствует усвоению других питательных веществ, таких как азот и калий.

Помимо этого магний является кофактором всех энергетических процессов во всех типах клеток, следовательно, жизнь растения при недостатке магния в лучшем случае будет некачественной, в худшем невозможной.

Определить нехватку магния можно по следующим признакам:

- Пожелтение листьев между жилками.
- Замедленный рост.
- Пониженная урожайность.

Как же можно помочь растениям?

АО «КМЗ» предлагает решение, подходящее для любых растений.

Сульфат магния — это универсальное минеральное удобрение, которое играет ключевую роль в развитии растений. Он является одним из наиболее востребованных минеральных удобрений в сельском хозяйстве.

Польза сульфата магния для различных культур

1. Овощные культуры

Сульфат магния особенно полезен для овощей, таких как помидоры, перец и картофель. Он способствует формированию качественного урожая, улучшает вкус плодов и увеличивает их размер. Например, недостаток магния может привести к хлорозу листьев у томатов, что негативно влияет на фотосинтез и, как следствие, на урожайность.

2. Фрукты и ягоды

Для фруктовых деревьев (яблонь, груш) и ягодных культур (клубника,

малина) сульфат магния способствует улучшению качества плодов и повышению их сахаристости. Он также помогает предотвратить опадение завязей и улучшает устойчивость к болезням.

3. Зерновые культуры

В случае с зерновыми культурами (пшеница, ячмень) использование сульфата магния способствует улучшению структуры почвы и увеличению ее плодородия. Это особенно важно на бедных почвах, где содержание магния может быть недостаточным для нормального роста растений.

4. Цветочные культуры

Для декоративных растений и цветочных культур (розы, гортензии) сульфат магния помогает поддерживать яркость окраски цветов и улучшает их общее состояние. Например, гортензии могут менять цвет в зависимости от pH почвы; добавление сульфата магния может способствовать получению более насыщенных оттенков.

5. Кормовые культуры

Сульфат магния также используется для повышения питательной ценности кормовых культур (клевер, люцерна). Он способствует лучшему усвоению питательных веществ животными и повышает их продуктивность.