

# Megatrend in Deutschland angekommen: „Schlaf-Magnesium“ stürmt die Apothekencharts

Zu den „Neuprodukten des Jahres“ aufgestiegen: Baldriparan Magnesium PLUS wird zum Einschlaf-Star im Versandhandel

Magnesium als Einschlafhelfer ist in den USA längst ein Megatrend. Nun sorgt ein deutsches Präparat auch hierzulande für Furore: Baldriparan Magnesium PLUS wurde als eines der erfolgreichsten Neuprodukte 2025 im renommierten Online-Apotheken-Ranking<sup>3</sup> ausgezeichnet. Profitieren Sie jetzt von diesem Boom: Viele Probleme im Schlaf könnten mit Magnesiummangel in Verbindung stehen. Die bekannte Schlafmarke setzt auf die optimale Kombination der Inhaltsstoffe. Wir decken auf, welche Rolle Magnesium und Melatonin beim Einschlafen spielen können.

Ob stressiger Alltag, Sorgen, schwierige Entscheidungen oder die Beziehung – welche Gründe Betroffene auch wachhalten, alle wünschen sich eine möglichst sanfte und zuverlässige Unterstützung, die den Körper nicht belastet und den natürlichen Schlaf-Rhythmus wieder ins Gleichgewicht bringt. Der neue Schlaf-trend aus den USA ist daher erstmal nicht verwunderlich. Statt auf Schlaftabletten setzen



Voll im Trend: Neue Einschlafhilfe von Baldriparan startet in Deutschland durch.

zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

### Magnesium ist nicht gleich Magnesium

Wer glaubt, ein einfaches Präparat aus dem Supermarkt könne die nächtliche Erholung nachhaltig fördern, greift meist zur falschen Formel. Denn der Körper kann nicht jede Magnesiumverbindung gleich gut verwerten. Deshalb empfehlen Experten Magnesium-Komplexe – mehrere Magnesiumverbindungen, idealerweise ergänzt um Melatonin. Ein besonders wertvoller Baustein für den Abend ist z. B. Magnesiumbisglycinat. Es enthält die

Aminosäure Glycin, die als „beruhigende Aminosäure“ gilt. Zudem ist diese Verbindung besonders hochwertig und besticht mit einer hohen Bioverfügbarkeit.

### Die Formel macht den Unterschied

Ein optimal abgestimmter Komplex aus ausgewählten Ma-

gnesiumformen ist eine wichtige Grundlage. Aber das reicht nicht aus! Auf dem deutschen Markt gibt es jetzt ein spezielles, neues Power-Präparat – entwickelt von Baldriparan, dem Nr. 1<sup>1</sup> Schlafexperten für pflanzliche Schlafhilfen in deutschen Apotheken. Mit Baldriparan Magnesium PLUS hat der Schlafexperte den Megatrend aus den USA nach Deutschland geholt. Baldriparan Magnesium PLUS kombiniert die hochwertigen Magnesiumformen Magnesiumbisglycinat, Trimagnesiumdicitrat und Magnesiumoxid. Der Clou: Das Plus an Melatonin trägt nachweislich zur Verkürzung der Einschlafzeit bei.<sup>2</sup> So wird das Power-Magnesium zum alltagstauglichen und wissenschaftlich fundierten Einschlafbeschleuniger, der unterstützt, ohne abhängig zu machen.

dort viele auf das Mineral Magnesium. Aber lässt sich auch wissenschaftlich ein Zusammenhang zwischen Schlaf und Magnesium-Versorgung herstellen?

### Welche Rolle spielt Magnesium?

Magnesium ist an über 300 verschiedenen Vorgängen im

menschlichen Körper beteiligt. Vielen ist bekannt, dass Magnesium eine normale Muskelfunktion im Körper unterstützt.<sup>1</sup> Gerade Menschen, die im Schlaf durch Muskelkrämpfe gestört werden, sind auf eine ausreichende Magnesiumzufuhr angewiesen. Magnesium trägt auch zu einer normalen Funktion des

Nervensystems bei<sup>1</sup>, indem es die Reizweiterleitung zwischen Nervenzellen fördert und an der Bildung von Neurotransmittern wie Serotonin und Melatonin beteiligt ist. Außerdem fördert Magnesium eine normale psychische Funktion.<sup>1</sup> Wenn der Körper unter Stress viele Stresshormone wie Cortisol ausschüttet, führt dies

zu schlechterem Schlaf. Wer regelmäßig unter Schlafproblemen leidet, sollte also seinen Magnesiumspiegel im Blick behalten.

Für Ihre Apotheke:  
**Baldriparan Magnesium PLUS**  
(PZN 19927389)  
[www.baldriparan.de](http://www.baldriparan.de)

Baldriparan® Magnesium Plus ist ein Nahrungsergänzungsmittel. <sup>1</sup>Magnesium unterstützt die normale Muskelfunktion und trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei. <sup>2</sup>Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. <sup>3</sup>DatamedIQ Ranking der CHC-Heroes 2025, <https://newsroom.datamediq.com/chc-heroes-2025>. <sup>4</sup>OTC Arzneimittel, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2025. <sup>5</sup>Abbildung Betroffenen nachempfunden

## Ihr Fernsehprogramm für Sonntag, den 10. Mai 2026

TVextra	ARD	ZDF	SAT.1	RTL	PRO 7	VOX	VOX	MDR
<p>...wünscht Ihnen viel Spaß beim Fernsehprogramm dieses Sonntags <a href="http://www.tv-extra.de">www.tv-extra.de</a></p> <p><b>TV-Tipp am Sonntag</b></p> <p><b>20.15 Uhr, ZDF</b></p> <p><b>Neuer Wind im Alten ...</b></p> <p>Ein Stromausfall stürzt das Alte Land ins Chaos. Die Journalistin Beke Rieper (Felicitas Woll) ist mit dem Azubi Jona unterwegs, der sich als Umweltaktivist über die Krise freut. Als Beke ihn verdächtigt, für den Blackout verantwortlich zu sein, eskaliert die Lage: Jona nimmt sie als Geisel. Er wird sie erst freilassen, wenn sie seine Botschaft gegen Energieverschwendung an die Welt übermittelt. Paul und David, die sich zufällig auf dem Rieper-Hof getroffen haben, machen sich besorgt auf, um Beke zu finden. <b>90 Min.</b></p>	<p>5.30 Frühprogramm</p> <p>12.00 Tagesschau</p> <p>12.03 Presseclub Diskussion</p> <p>12.45 Europamagazin</p> <p>13.15 Hirschhausen und die Deepfake-Mafia</p> <p>14.00 Tagesschau</p> <p>14.03 Der Schwarzwaldhof Der verlorene Sohn Drama, D 2012 Mit Saskia Vester</p> <p>15.30 Verliebt in Kroatien Romantikkomödie, D 2020. Mit Anka Dobric</p> <p>17.00 Brisant Magazine</p> <p>17.44 Dt. Fernsehlotterie</p> <p>17.45 Tagesschau</p> <p>18.00 Bericht aus Berlin</p> <p>18.30 Weltpiegel</p> <p>19.15 Sportschau</p> <p>20.00 Tagesschau</p> <p>20.15 Tatort: Man stirbt nur zweimal Krimireihe, D 2024. Mit Axel Prahl</p> <p>21.45 Caren Miosga</p> <p>22.45 Tagesthemen</p> <p>23.05 ttt Magazin</p> <p>23.35 A E I O U – Das schnelle Alphabet der Liebe Liebesfilm, D/F 2022. Mit Sophie Rois</p> <p>1.05 Tagesschau</p>	<p>5.25 Frühprogramm</p> <p>8.35 1, 2 oder 3</p> <p>9.03 Raus aus der Kaufsucht Reportage</p> <p>9.30 Ev. Gottesdienst</p> <p>10.15 Bares für Rares</p> <p>11.55 heute Xpress</p> <p>12.00 ZDF-Fernsehgarten</p> <p>14.00 Waldis Welt</p> <p>14.45 Duell der Gartenprofis – Mein grünes Paradies Show</p> <p>15.25 heute Xpress</p> <p>15.30 Greenwashed?</p> <p>16.15 Die Rosenheim-Cops</p> <p>17.00 heute Nachrichten</p> <p>17.15 Ist Mama die Beste? Mit Rhea Harder-Venne Krimiserie</p> <p>18.00 Der Alte Krimiserie</p> <p>18.55 Aktion Mensch</p> <p>19.00 heute Nachrichten</p> <p>19.10 Berlin direkt</p> <p>19.30 Faszination Wasser</p> <p>20.15 Neuer Wind im Alten Land Licht aus! Familienfilm, D 2026</p> <p>21.45 heute journal</p> <p>22.15 Blind Sherlock</p> <p>22.30 Blind Sherlock</p> <p>23.40 Precht Gespräch</p> <p>0.25 heute Xpress</p>	<p>5.10 Auf Streife</p> <p>5.35 Auf Streife – Berlin</p> <p>6.35 Auf Streife – Berlin</p> <p>7.35 Auf Streife – Berlin</p> <p>8.40 So gesehen – Talk am Sonntag</p> <p>9.00 SAT.1-Frühstücksfernsehen am So.</p> <p>11.55 Der SAT.1 Urlaubsscheck! All inclusive, Ferienpark &amp; Individualreise</p> <p>14.00 Up in the Air Tragikomödie, USA 2009. Mit Vera Farmiga</p> <p>16.10 Bohemian Rhapsody Biografie, USA/GB 2018</p> <p>18.55 Julia Leischik sucht: Bitte melde Dich Reihe. Julia hilft Doreen, ihre Schwester Diana zu finden.</p> <p>19.55 SAT.1: newstime</p> <p>20.15 Black Adam Actionfilm, USA 2022 Mit Dwayne Johnson</p> <p>22.40 World War Z Horrorthriller, USA 2013. Mit Brad Pitt</p> <p>1.05 Black Adam Actionfilm, USA 2022</p>	<p>5.05 Der Blaulicht-Report</p> <p>5.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>6.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>7.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>8.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>9.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>10.45 Der Blaulicht-Report</p> <p>11.45 Die Beet-Brüder Dokussoap. Diana und Jörg aus Mühlacker</p> <p>15.45 Die Beet-Brüder Dokussoap. Lea und Tobi aus Itzehoe</p> <p>17.45 Exklusiv – Weekend</p> <p>18.45 RTL Aktuell</p> <p>19.03 Das Wetter</p> <p>19.05 Hitster – Die Game-show der größten Hits Mitwirkende: Hans Sigl, Janin Ullmann, Tobias Künzel, Collien Fernandes</p> <p>20.15 Moonfall Actionfilm, USA/GB/CDN 2022 Mit Halle Berry, Donald Sutherland. Regie: Roland Emmerich</p> <p>22.40 stern TV am Sonntag</p> <p>0.10 Moonfall Actionfilm, USA/GB/CDN 2022 Mit Halle Berry</p>	<p>5.35 The Neighborhood</p> <p>5.55 The Neighborhood</p> <p>6.15 The Neighborhood</p> <p>6.40 The Neighborhood</p> <p>7.05 The Neighborhood</p> <p>7.30 The Neighborhood</p> <p>8.00 The Neighborhood</p> <p>8.25 Galileo Magazine</p> <p>9.25 Galileo Magazine</p> <p>10.25 Galileo Magazine</p> <p>11.30 Wer ist das Phantom?</p> <p>13.30 Joko &amp; Klaas gegen ProSieben Show</p> <p>16.25 taff weekend</p> <p>17.45 ProSieben: newstime</p> <p>18.00 Galileo Stories</p> <p>19.05 Galileo X-Plorer Inside Mennoniten</p> <p>20.15 Ein sehr gutes Quiz (mit hoher Gewinnsomme) Show. Moderation: Joko Winterscheidt, Klaas Heuvelink, Ulf Gierke, Ulf Gierke, Ulf Gierke</p> <p>23.10 Experte für alles</p> <p>0.15 Das Duell um die Geld Show. Gast: Katrin Bauerfeind, Torsen Sträter, Nico Stank</p>	<p>5.00 Medical Detectives</p> <p>5.45 CSI: NY Krimiserie</p> <p>6.35 Criminal Intent</p> <p>7.20 Criminal Intent</p> <p>8.10 Criminal Intent</p> <p>9.05 Criminal Intent Hoher Einsatz</p> <p>10.00 Criminal Intent Krimiserie. Die Sippe</p> <p>10.55 Criminal Intent Niedere Instinkte</p> <p>11.50 Criminal Intent Die Drahtzieherin</p> <p>12.35 Criminal Intent Krimiserie. Hinterrücks</p> <p>13.30 Criminal Intent Krimiserie. Blauäugig</p> <p>14.25 James Bond 007 – In tödlicher Mission Agentenfilm, GB/USA 1981. Mit Roger Moore</p> <p>17.00 auto mobil Magazin</p> <p>18.10 Die Autodoktoren</p> <p>19.10 Ab ins Beet! Die Tiefbau-Queen im Beet</p> <p>20.15 Kitchen Impossible Show. Team Edition: Cornelia Poletto, Viki Fuchs, Elif Oskan</p> <p>23.40 Hot oder Schrott – Die Allestester</p> <p>0.40 Medical Detectives</p>	<p>5.25 Frühprogramm</p> <p>10.05 Hauptmann Florian von der Mühle Komödie, DDR 1969</p> <p>12.15 Riverboat</p> <p>14.13 MDR aktuell</p> <p>14.15 Sagenhaft</p> <p>15.45 MDR aktuell</p> <p>15.55 Die kluge Bauern-tochter Märchenfilm, D 2009</p> <p>16.55 Suche kommen durch die Welt Märchen, DDR 1972</p> <p>18.00 MDR aktuell</p> <p>18.05 Brisant Magazine</p> <p>18.50 Wetter für 3</p> <p>18.52 Unser Sandmännchen</p> <p>19.00 MDR Regional</p> <p>19.30 MDR aktuell</p> <p>19.50 Kripo live Magazine</p> <p>20.15 Terence Hill: Pazifist und Cowboy</p> <p>21.45 MDR aktuell</p> <p>22.00 Sportschau</p> <p>22.25 Bei Anruf: Mama – Frau Baumann und ihre 100 Babys</p> <p>22.55 Mutter unter Vertrag</p> <p>23.50 Kripo live Magazine</p> <p>0.15 MDR Frühlingserwachen 2026</p>	