

Eine vollständige Basenkur gegen Übersäuerung

Lösen der abgelagerten Säuren (z.B. durch Kräutertees)



Die hauptsächlich im Bindegewebe abgelagerten Säuren müssen gelöst und ausgeschieden werden. Erst wenn Ihr Bindegewebe von diesen Säuren befreit ist, stimmt die Zellversorgung und der Abtransport von Schlacken wieder. Hierfür verwenden Sie einen Kräutertee mit bestimmten Kräutern. Unser basischer Kräutertee besteht aus 48 Kräutern aus kontrolliert biologischem Anbau und eignet sich besonders zur Säurelösung. Trinken Sie täglich 1 Liter über den Tag verteilt.

Aber Achtung: wenn Sie die Säuren im Bindegewebe lösen, müssen Sie unbedingt dafür sorgen, dass diese sofort neutralisiert werden können, da sie sonst zu einer neuen Säureflut beitragen und sofort wieder abgelagert werden.

Neutralisieren der gelösten Säuren (z.B. durch Basenpulver)

Um überschüssige Säuren zu neutralisieren statt sie abzulagern, benötigt der Körper zusätzlich zur Nahrung eine ausreichende Menge an Mineralien wie Kalzium, Kalium, Magnesium, Natrium und Phosphor. Diese Mineralien werden vom Körper am Besten aufgenommen, wenn sie pflanzlichen Ursprungs sind. Verwenden Sie ein gutes Basenpulver, welches die Mineralien pflanzlichen Ursprungs besitzt.

Ausscheiden der Säuren über Urin, Stuhl und die Haut (basische Bäder)

Um die gelösten Säuren auszuscheiden, sollten Sie erstens viel trinken (1 Liter Kräutertee plus 2 Liter Osmosewasser oder stilles mineralarmes Wasser) damit die Nieren entlastet werden. Zweitens sollten Sie viel ballaststoffreiche Nahrung zu sich nehmen, wie Müsli, Salat, Obst und Gemüse, um so eine schnellere Darmassage zu erreichen. Und drittens ganz wichtig: machen Sie zwei Mal pro Woche ein basisches Vollbad und ebenso oft ein basisches Fußbad. Ihre Haut ist das größte Ausscheidungsorgan, die Säuren betreffend. Sie können das daran erkennen, dass ein basisches Vollbad bei Beginn einen pH-Wert von 8,5 (also stark basisch) hat und nach Beendigung einen Wert von 7,5 (schwach basisch). Die Säureausscheidung Ihrer Haut hat eine ganze Badewannenfüllung um einen pH-Wert reduziert. Damit musste sich Ihr Körper vorher abmühen!!!

Vollbäder und Fußbäder sollten mindestens 45 Minuten – besser 60 bis 120 Minuten - dauern, da die Entsäuerung über die Haut erst nach ca. 30 Minuten beginnt.



Unsere Gesundheitsbriefe - Das Archiv mit allen früheren Ausgaben

Unser Anliegen ist die Förderung natürlicher Gesundheit. Wir glauben, dass auch fundiertes Wissen erforderlich ist um Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen. Wir stellen Ihnen deshalb die Fülle unseres naturheilkundlichen Wissens in Form unserer kostenlosen Gesundheitsbriefe zur Verfügung. Alle bisher veröffentlichten Gesundheitsbriefe finden Sie in diesem Archiv.

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluellstrasse 13 | CH - 6072 Sachseln