

## **Basentherapie zur Säure-Basen Regulierung (Pufferung) bei Fehlernährung - Übersäuerung - Schmerzen:**

### **Sind Sie sauer...?**

Die Ursache für viele Erkrankungen der Wohlstandsgesellschaft liegt in der Art unser Nahrungsmittel (zuviel Fleisch, Fett und Zucker), in der Lebensweise (Stress, Schlafmangel, Alkohol und Nikotin) und im Bewegungsmangel.

Als Folge haben heute sehr viele Menschen einen übersäuerten Organismus. Das bewirkt einen relativen Sauerstoffmangel in der Zelle, so dass die Energiegewinnung zunehmend unergiebig wird. Bei diesem Prozess fällt unter anderem Milchsäure an, die die Leber und den Stoffwechsel belastet. Die Kapazität der Niere für die Säureausscheidung wird zeitweise überschritten und die überschüssigen Säuren in den Gewebezellen abgelagert - wir werden „sauer“, abgeschlagen, müde.

### **Folgen der Übersäuerung**

Im sauren Milieu steigt die Entzündungs- und damit die Schmerzbereitschaft; es kommt zur Stoffwechselstörung: der Organismus kann immer schlechter regulieren. Das Bindegewebe des Körpers wird nachhaltig gestört, zu wenig Sauerstoff erreicht die Zellen.

### **Beschwerden**

Die latente Azidose (schleichende Übersäuerung) des Blutes und Gewebes führt zunächst zu Völlegefühl, Darmblähungen, Kopfschmerzen, Sodbrennen, Muskelkrämpfen, Konzentrations- und Schlafstörungen, Erschöpfungszuständen.

Später kann es zu Gelenk- und Muskelbeschwerden, Gicht, Neurodermitis, Haarausfall, Zellulitis, Haut- und Darmpilzen, Ekzemen und chronischen Schmerzzuständen kommen.

### **Erkrankungen**

Nach Jahren resultieren Erkrankungen wie chronische Schmerzen, Bluthochdruck, Hörsturz, Herzinfarkt, Arthrose, Osteoporose (Entmineralisierung), Diabetes, und Magenübersäuerung. Die Übersäuerung begünstigt durch die Störung der Zell- und Immunfunktion möglicherweise eine Krebsentwicklung.

### **Das ideale Säure - Basen Verhältnis**

Lebensmittel werden in Säure- und Basenbildner eingeteilt:

**Säurebildend wirken:** tierische Eiweiße (auch Käse und Quark), Getreideprodukte und Zuckerwaren, raffinierte und gesättigte Öle werden sauer verarbeitet. Verstärkend wirken Nikotin, Alkohol, Bewegungsmangel, aber auch Überanstrengung mit Muskelkater.

**Alkalisierend (basisch) wirken:** Kartoffeln, Milch und Reis und die meisten Gemüse- und Obstsorten, auch wenn sie sauer schmecken.

**Die tägliche Nahrung sollte 80 % alkalisierend (basisch) und 20 % säurebildend sein.**

### **Therapie der Übersäuerung - die Basentherapie:**

Ziel der Basentherapie ist die nachhaltige Entsäuerung der Zellen und des Bindegewebes, erkenntlich an der Alkalisierung (basischen Reaktion) des Urins. Die schädlichen Säure-Ionen (Protonen) im Gewebe, die auch stark schmerzauslösend wirken, werden ausgetauscht. Dies wird bewirkt durch eine Zufuhr bzw. Einnahme des Basenstoffs Natrium-Bikarbonat:

- **BASENTABS® oder BULLRICH'S VITAL Mineral-Basentabletten: 3x1 bis 3x2 Tbl/Tag**
- **Procaïn-Basen(Bikarbonat)-Infusionstherapie (hochdosiert) 1 bis 2x pro Woche**

**Eine Basentherapie ist schmerzlindernd und entzündungshemmend. Sie wirkt langfristig gesundheitsfördernd. Zusätzlich ist ausreichende Bewegung erforderlich.**