

SÄURE-BASENHAUSHALT

Jede Reaktion im Körper ist abhängig vom Säure-Basen-Haushalt. Zwischen gesundheitlicher Störung und einer Übersäuerung des Stoffwechsels sowie einer Störung des Darmes besteht ein enger Zusammenhang. Der Körper besteht zu 30 % aus sauren Säften und zu 70 % aus basischen Säften. Bei allen gesundheitlichen Beschwerden und Vitalitätseinbußen ist dieses Gleichgewicht zur sauren Seite hin verschoben. Fehlernährung, Eiweißmast, hoher Fleischkonsum, Weißmehlprodukte, Milchprodukte, raffinierter Zucker, Kaffee, Nikotin, Alkohol, Überanstrengung, Medikamente, Ärger, Stress führen zur Säurebildung im Organismus. Der Körper besitzt selbst verschiedene Möglichkeiten zum Ausgleich = Pufferung. Das Blut ist unser wichtigster Puffer und hat einen PH-Wert von über 7 (basisch). Säuren werden auch über die Nieren, die Leber und den Darm ausgeschieden. Ist dieses Regulationssystem jedoch durch permanente Übersäuerung überfordert werden den basischen Depots (Haut, Knochen, Haare, Fingernägel, Blut, Zähne, Gefäße) Mineralien wie Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Selen entzogen um die Säuren zu binden. Haarausfall, brüchige Nägel oder schlecht heilende Wunden können die Folge sein. Diese so genannten Schlacken (sauren Salze) lagert der Körper im Gewebe ab, wodurch die Übersäuerung des Körpers verstärkt wird. Müdigkeit, Wasserretentionen, Kreislaufbeschwerden, Cellulite, Hautprobleme, Allergien, Akne, Rheuma, Gicht, Verdauungsprobleme, Parodontose, Haarausfall, Kopfschmerzen .. all diese können Anzeichen einer Übersäuerung des Organismus sein.

Vorangegangene Gründe dafür können in der falschen Ernährung und ungesunden Lebensweise liegen, aber auch in einer generell reduzierten Säureausscheidung über Leber, Niere, Haut, Atmung.. In dieser Situation holt sich das Blut vom Gewebe alles was an basischen Substanzen erhältlich ist (pos. geladene Ionen). Das Gewebe beginnt zu übersäuern.

Dies führt zu einem schlechteren Allgemeinbefinden (Müdigkeit, Appetitlosigkeit...) und zu einer Schwäche des Immunsystems