

Basenpulver GR

Basische Mineralstoffmischung

Informationen

Anwendungsgebiet

Als Nahrungsergänzung zur Entsäuerung, Wiederherstellung des Säure-Base-Gleichgewichtes und Remineralisierung bei Übersäuerung infolge ungesunder Lebensweise, ungesunder Ernährung oder erhöhter Zufuhr von Vitamin C in Form von Ascorbinsäure.

Eigenschaften

Wasserlösliches Mineralstoffgemisch, enthält in einem ausgewogenen Verhältnis Calcium, Magnesium, Kalium und Natrium in Form von Citrat, Hydrogencarbonat und Phosphat. Das Produkt besteht ausschließlich aus wirksamen Mineralien und enthält keine Lactose, Kieselerde oder Ballaststoffe zum Verschnitt. Durch einen hohen Anteil an Citrat ist das Produkt schnell physiologisch wirksam und weist sich durch eine hohe Bioverfügbarkeit gegenüber Produkten auf der Basis von Carbonaten, Hydrogencarbonaten oder Oxiden aus. Durch den weitgehenden Ersatz von Natrium durch Calcium, Kalium und Magnesium wirkt das Produkt weniger blutdrucksteigernd als Produkte, die viel Natrium enthalten. Der seifenartige etwas unangenehme Geschmack lässt sich durch die Auflösung in Saft oder Speisen weitgehend vermeiden.

Bestandteile

Wirksame Bestandteile in 100 g:			1 Teelöffel (2 g)*	RDA**
35 g	Calciumcitrat	Lebensmittelqualität	entspr. 275 mg Calcium	34 %
25 g	Kaliumhydrogencarbonat	Lebensmittelqualität		
20 g	Natriumhydrogencarbonat	Lebensmittelqualität		
16 g	Magnesiumcitrat	Lebensmittelqualität	entspr. 101 mg Magnesium	42 %
4 g	Magnesiumphosphat	Lebensmittelqualität	entspr. 10 mg Magnesium	4 %

* 1 gestrichener Teelöffel (2 g), 1 gehäufte Teelöffel (4 bis 4,5 g)

** RDA: empfohlene Tagesdosis

Warnhinweise

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.
Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von Kindern zu lagern.

Lieferformen

PE-Flaschen mit 350 g.
PE-Flaschen mit 700 g.

Haltbarkeit

Das Produkt ist mindestens 24 Monate haltbar bei trockener Lagerung.

Basenpulver GR

Basische Mineralstoffmischung

Anwendung

Benutzungshinweis

Prinzipiell ersetzt das Produkt nicht eine ausgewogene gesunde Lebens- und Ernährungsweise, sondern wirkt in akuten Fällen der Übersäuerung unterstützend bei der Einstellung der körpereigenen Gleichgewichtsprozesse des Säure-Base-Haushaltes und der Remineralisierung. Zur Entschlackung, d.h. zur Entfernung der Neutralisationsprodukte, ist das zusätzliche Trinken von viel Wasser (kohlenstofffrei oder kohlenstoffarm) sehr hilfreich. **Das Produkt sollte in Säften, Speisen (ggf. auch Leitungswasser) aufgelöst und 20 Minuten vor dem Essen, vor allem abends, dem Körper zugeführt werden.** Eine leichte Trübung bzw. nicht vollständige Auflösung infolge geringer Mengen sich bildender schwerlöslicher Carbonate ist normal und in keiner Weise qualitätsmindernd. Die dauerhafte Basenkur bzw. Nahrungsergänzung mit Basenpulver GR sollte durch die gelegentliche Messung des pH-Wertes des Morgenurins kontrolliert werden. Entsprechende Teststreifen zur pH-Messung des Urins sind in jeder Apotheke erhältlich.

Dosierungsempfehlung

Empfohlen wird die Konzentration von einem halben Teelöffel (ca. 2 g) auf einen halben Liter Flüssigkeit. Die Wirksamkeit der Dosierung ist vom konkreten Zustand des Körpers und den Ernährungs- und Lebensgewohnheiten abhängig. **Ein (1,0) Liter Basendrink pro Tag** (o.g. Konzentration) sollte in den meisten Fällen ein Richtwert für die dauerhafte Nahrungsergänzung sein. Mehr als die empfohlene Verzehrmenge sind kaum wirksamer, da der Körper Mineralstoffe, die er nicht aufnehmen kann, ausscheidet. Bei Überdosierungen kann es infolge zu hoher Magnesiumzufuhr zu Durchfall kommen. Die Beschwerden verschwinden jedoch schnell bei der Verringerung der Dosis, siehe Warnhinweise.

Erfahrungswerte

Je nach Übersäuerung ergibt die pH-Messung des Morgenurins (bei sonst gleicher Ernährungs- und Lebensweise) nach einigen Tagen einen leichten Anstieg. Danach ist das Absinken auf fast den Wert vor der Basenkur normal. In dieser Phase beginnt die Remineralisierung, d.h. Calcium und Magnesium werden in die körpereigenen Depots (vor allem Knochen und Zähne) eingelagert und stehen dem Körper zur Einstellung des Säure-Base-Gleichgewichtes zunächst kaum zur Verfügung. Erst nach zwei bis sechs Wochen kann eine dauerhafte Erhöhung des pH-Wertes festgestellt werden. Die Entsäuerung und Entschlackung wird durch das Trinken von viel Leitungswasser oder kohlenstofffreiem Wasser maßgeblich unterstützt. Hingegen ist das Baden in basischen Lösungen ohne Nachbehandlung nicht zu empfehlen, da es vielfach infolge der Zerstörung des Säureschutzmantels der Haut zu Hautirritationen, Entzündungen oder Sensibilisierungen kommen kann.

Sicherheitsempfehlung

Keine besonderen Maßnahmen erforderlich. Bei Augenkontakt mit viel Wasser spülen.

Druck: 30.04.2007