

Übersäuerung

Ihr Weg zu einem ausgewogenen
Säure-Basen-Haushalt

von Herbert Brandstetter



Der Autor



Herbert Brandstetter

beschäftigt sich als Dozent und wissenschaftlicher Mitarbeiter seit vielen Jahren mit der alternativen Medizin – u.a. mit natürlichen Wegen, Antibiotika zu ersetzen.

Daneben widmet sich Herbert Brandstetter seit 1999 alternativen Produkten, insbesondere Nahrungsergänzungsmitteln, wie den Vitaminen B15 und B17, basischer Ernährung, sekundären Pflanzenstoffen, Mineralstoffen und seit 2008 kolloidalem Silber und Gold.

Er lebt mit seiner Frau Natascha naturnah auf einer kleinen Farm mit zahlreichen Tieren, selbst angebautem Obst und Gemüse, sowie Heilkräutern und -pflanzen, die er zur Herstellung gesunder Produkte nutzt. So lebt er die autarke und gesunde Lebensweise aus seinen Büchern auch selbst und weiß, von was er schreibt.

Weitere Veröffentlichungen (Auszug):



- Kolloidales Silber und Gold in der alternativen Medizin (siehe www.amazon.de/dp/3735786014)
- Vitamin B17 in der Tumorthherapie (siehe www.amazon.de/dp/373579078X)
- Vitamin B15 - das Allround-Vitamin (siehe www.amazon.de/dp/3735792286)

Inhalt

1. Einleitung

2. Das Puffersystem des Körpers

- Was sind eigentlich Säuren, Basen und pH-Werte?
- Verschiedene pH-Werte im Körper
- Was ist ein Puffer? Wie funktioniert das Puffersystem?
- Funktion versch. Organe, vor allem Niere und Leber

3. Übersäuerung vs. Azidose

- Wie kommt es zu einer chronischen Übersäuerung
- Woher weiß ich, ob ich übersäuert bin

4. Wie wirkt Basenpulver?

- Funktionsweise
- Empfehlenswerte Zusammensetzungen

5. Basenpulver als Ergänzung zur basischen Ernährung

- Warum Zitronen sauer sind, aber nicht säuernd
- Der PRAL-Index
- Wie Basenpulver eine basische Ernährung ergänzen kann

6. Anwendung

- Für wen ist Basenpulver geeignet?

- Verschiedene Krankheitsbilder

7. Wichtigste Anwendung: Blasenentzündungen

- Arten von Blasenentzündungen
- Welche Rolle spielt der Urin-pH?
- Schmerzen ohne infektiöse Erreger
- Wie kann Basenpulver helfen?
- Weitere Maßnahmen

8. Fazit

Einleitung

Lesen Sie dieses Buch, weil Sie gesünder leben möchten? Weil Sie ein besseres Lebensgefühl anstreben? Weil Sie sich ein gutes Körpergefühl wünschen?

Vielleicht haben Sie schon einmal eines der folgenden Statements gehört und sich gewundert, was es damit auf sich hat?

- Übersäuerung verursacht Antriebslosigkeit, Kopfschmerzen, Gicht und vieles mehr
- Basische Ernährung schützt vor Übersäuerung und deren Folgen
- Basenpulver kann eine basisch nicht optimale Ernährung ausgleichen
- Basenpulver hilft gegen Blasenschmerzen, Neurodermitis, Osteoporose und andere Folgen von Übersäuerung

Dann haben Sie mit unserem Buch die richtige Wahl getroffen. In Büchern, Zeitschriften und im Internet findet man hunderte von verschiedenen Ernährungsmodellen. Außerdem gibt es tausende an Nahrungsergänzungsmitteln, von Vitaminen, über Mineralien, zu Proteinen.

Angesichts dieser Masse fällt es schwer, den Sinn und die Wirksamkeit eines bestimmten Ernährungssystems und entsprechenden Ergänzungsmitteln zu beurteilen.

Daher erläutern wir Ihnen in diesem Buch ganz genau, was es mit Basenpulver und der dazugehörigen basenbildenden Ernährung auf sich hat.