

ZU VIEL SÄURE IM KÖRPER

Der geänderte Lebenswandel führt immer häufiger zu einer Übersäuerung des Körpers.

URSACHEN

- langes Sitzen (Bewegungsmangel)
- Alkoholkonsum
- besonders säurehaltige Nahrungsmittel
- Konsum von Eiern, Wurst, Geflügel, Fleisch, Milch, Süßigkeiten oder Alkohol kann zur Übersäuerung beitragen



AUSWIRKUNGEN AUF DEN KÖRPER

- Müdigkeit
- Trägheit
- Zahnprobleme

SCHWERE SCHÄDEN MÖGLICH

Eine lang anhaltende und vor allem unbehandelte Übersäuerung des Körpers kann schwere Schäden bei den Organen verursachen.

Der pH-Wert gibt Aufschluss darüber, ob der Körper übersäuert ist. (Testen durch Testkits)

SYMPTOME

Kopfschmerzen oder auftretende Migräne, Muskelverspannungen, Cellulite, Beschwerden im Magen-Darm-Bereich, Übergewicht, fettige Haut, Abgeschlagenheit.



ES IST WICHTIG SCHNELL ZU HANDELN

- Wurde die Übersäuerung festgestellt, ist rasches Handeln gefragt. Schließlich gilt es, weitere Schäden an Körper und Organen abzuwenden.
- Natriumhydrogencarbonat (z.b. Bibag) wird bei einer Therapie im Krankenhaus oder über den Arzt eingesetzt. (reduziert den hohen Säureanteil im Magen durch seine säurebindenden Eigenschaften)
- Badezusatz verwenden um den Körper basischer zu bekommen

ENTSÄUERUNG DES KÖRPERS AUF NATÜRLICHE WEISE

- Alltagsgestaltung (basischen Ernährung, Reduktion von Stress)
- ausreichend trinken (Experten empfehlen Erwachsenen mindestens 2 l täglich)

TNTherapeutennews