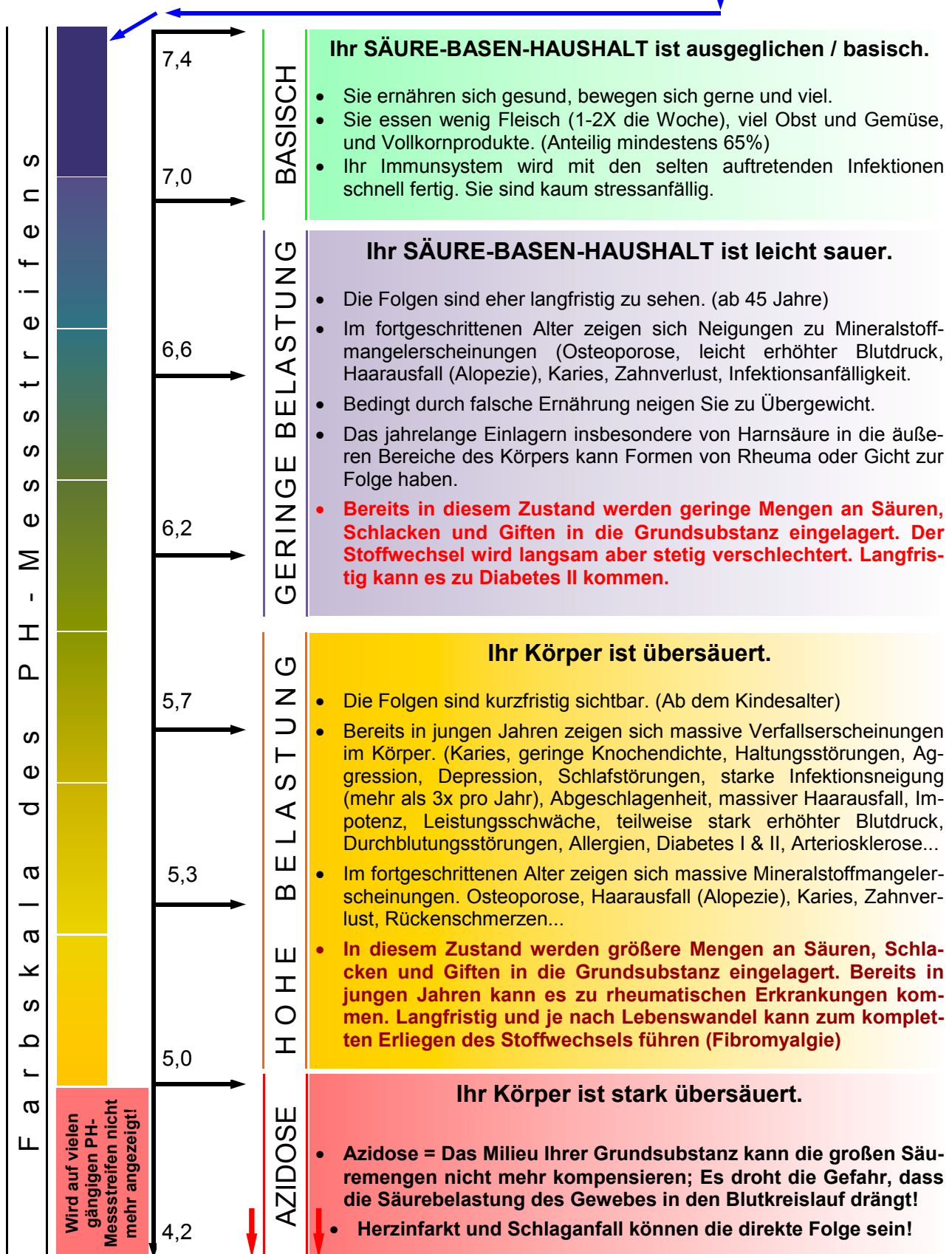


Das gestörte Säure-Basen-Verhältnis (Zivilisatose) oder Warum es gesund ist, den ganzen Tag "**BLAU**" zu sein



Ihr SÄURE-BASEN-HAUSHALT ist ausgeglichen / basisch.

- Sie ernähren sich gesund, bewegen sich gerne und viel.
- Sie essen wenig Fleisch (1-2X die Woche), viel Obst und Gemüse, und Vollkornprodukte. (Anteilig mindestens 65%)
- Ihr Immunsystem wird mit den selten auftretenden Infektionen schnell fertig. Sie sind kaum stressanfällig.

Ihr SÄURE-BASEN-HAUSHALT ist leicht sauer.

- Die Folgen sind eher langfristig zu sehen. (ab 45 Jahre)
- Im fortgeschrittenen Alter zeigen sich Neigungen zu Mineralstoffmangelerscheinungen (Osteoporose, leicht erhöhter Blutdruck, Haarausfall (Alopezie), Karies, Zahnverlust, Infektionsanfälligkeit.
- Bedingt durch falsche Ernährung neigen Sie zu Übergewicht.
- Das jahrelange Einlagern insbesondere von Harnsäure in die äußeren Bereiche des Körpers kann Formen von Rheuma oder Gicht zur Folge haben.
- **Bereits in diesem Zustand werden geringe Mengen an Säuren, Schlacken und Giften in die Grundsubstanz eingelagert. Der Stoffwechsel wird langsam aber stetig verschlechtert. Langfristig kann es zu Diabetes II kommen.**

Ihr Körper ist übersäuert.

- Die Folgen sind kurzfristig sichtbar. (Ab dem Kindesalter)
- Bereits in jungen Jahren zeigen sich massive Verfallserscheinungen im Körper. (Karies, geringe Knochendichte, Haltungstörungen, Aggression, Depression, Schlafstörungen, starke Infektionsneigung (mehr als 3x pro Jahr), Abgeschlagenheit, massiver Haarausfall, Impotenz, Leistungsschwäche, teilweise stark erhöhter Blutdruck, Durchblutungsstörungen, Allergien, Diabetes I & II, Arteriosklerose...)
- Im fortgeschrittenen Alter zeigen sich massive Mineralstoffmangelerscheinungen. Osteoporose, Haarausfall (Alopezie), Karies, Zahnverlust, Rückenschmerzen...
- **In diesem Zustand werden größere Mengen an Säuren, Schlacken und Giften in die Grundsubstanz eingelagert. Bereits in jungen Jahren kann es zu rheumatischen Erkrankungen kommen. Langfristig und je nach Lebenswandel kann zum kompletten Erliegen des Stoffwechsels führen (Fibromyalgie)**

Ihr Körper ist stark übersäuert.

- **Azidose = Das Milieu Ihrer Grundsubstanz kann die großen Säuremengen nicht mehr kompensieren; Es droht die Gefahr, dass die Säurebelastung des Gewebes in den Blutkreislauf drängt!**
- **Herzinfarkt und Schlaganfall können die direkte Folge sein!**