

Warum entsäuern?

Warum dem Stoffwechsel eine Kur gönnen?

Wir alle essen überwiegend säurelastig. Nudeln, Brot, Zucker, Kaffee, Kuchen, Molkereiprodukte, Fleisch... werden vom Organismus sauer verstoffwechselt.

Sogar schwere körperliche Arbeit oder starke sportlichen Aktivitäten bilden Säuren, da die Muskulatur zum einen direkt H^+ aus der Glykolyse freisetzt, zum anderen, weil die CO_2 -Produktion stark zunimmt.

Bei lang anhaltender falscher, vorwiegend saurer Ernährungsweise ist es vorprogrammiert, dass der Körper die anfallenden Säuren nicht mehr puffern kann. Kopfweg, Müdigkeit, Antriebslosigkeit sind die ersten Anzeichen einer Übersäuerung. Mit den Jahren können chronischen Krankheiten wie Rheuma, Gicht, Arthrose entstehen... unsere Volkskrankheiten !

Kaum ein Mensch fragt sich, woher denn diese Krankheit dann „plötzlich“ kommt. „Plötzlich“ ist die Summe jahrelanger chronische Übersäuerung, die der Körper lange kompensieren konnte. Man tut es noch als „Alterskrankheit“ ab oder in Sätzen wie „das kommt halt im Alter“. Man geht zum Arzt und lässt sich Medikamente verschreiben, ohne die Ursache zu erkennen und seine Gewohnheiten zu ändern.

Die Liste der Krankheiten, die durch chronische Übersäuerung entstehen, ist lang. Hier nur einige Beispiele:

- Schwächung des Immunsystems
- wiederkehrende Pilzinfektionen
- Allergien, Nieren- und Blasensteine
- Übergewicht
- Rheuma
- Haarausfall
- Kopfschmerzen
- Mineralstoffmangel
- Arthrose
- Gicht...

Es gibt keine chronische Krankheit ohne chronische Übersäuerung !

Das muss aber nicht sein.