

PUR

BASIC BALANCE®

Säure-Basen-Haushalt

Nahrungsergänzungsmittel mit Mineralstoffen

Eine gesunde Ernährung

erfordert ein Gleichgewicht von säure- und basenbildenden Lebensmitteln. Leider kann bei der heute üblichen Ernährung oft ein Überschuss an Säuren entstehen.

Beliebte Speisen wie z. B. Fleisch, Fisch, Weißbrot, Nudeln oder Süßigkeiten sind sogenannte „Säurebildner“, wogegen Kartoffeln, Gemüse, Obst und Salate in aller Regel je nach Zubereitungsform basenbildend wirken. Ein Säureüberschuss kann auf Dauer den Organismus belasten. Säureüberschuss ist auch eine mögliche Folge von geistigem und körperlichem Stress, insbesondere bei Leistungssportlern. In diesen Fällen kann rasche Ermüdung und mangelnde Leistungsfähigkeit die Folge sein.

Mineralstoffe und Spurenelemente zur Nahrungsergänzung

In besonderen Lebenssituationen kann es sinnvoll sein, die tägliche Ernährung durch eine Kombination wertvoller Mineralstoffe und Spurenelemente zur ergänzen, wie sie in ausgewogener, bedarfsgerechter Menge und Kombination in **BASIC BALANCE® PUR** angeboten wird.

BASIC BALANCE® wurde von Ernährungsspezialisten zur Nahrungsergänzung entwickelt.



Ein ausgeglichenes Säure-Basen Verhältnis ist eine gute Grundlage für einen funktionierenden Stoffwechsel.

Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei.

Basische Vitalstoffe

Warum ist gerade die in **BASIC BALANCE® PUR** enthaltene Vitalstoffkombination ideal für Gesundheit und Wohlbefinden?

Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei und ist für Wohlbefinden und Gesundheit wichtig.

Die für die Gesundheit wesentlichen Mineralstoffe und Spurenelemente werden in einer für den Körper ausgewogenen Menge und der günstigen biologischen Form (Citrat) angeboten.

| Durchschn. Nährwerte | je 100 g | Tagesportion 4 Messlöffel =32 g | % des empfohlenen Tagesbedarfs ¹⁾ | Leistet einen Beitrag zu |
|--------------------------------|-------------------------|---------------------------------------|--|---|
| Brennwert | 1473 kJ / (347 kcal) | 471 kJ / (111 kcal) | | |
| Fett | 0,2 g | < 0,1 g | | |
| davon gesättigte Fettsäuren | < 0,2 g | < 0,1 g | | |
| Kohlenhydrate | 86,2 g | 27,6 g | | |
| davon Zucker | 19,2 g | 6,1 g | | |
| Eiweiß | < 1 g | < 0,1 g | | |
| Salz | 1,6 g | 0,5 g | | |
| Calcium | 1563 mg | 500 mg | 63 % | Normalem Energiestoffwechsel |
| Magnesium | 625 mg | 200 mg | 53 % | Funktion bei der Zellteilung |
| Eisen | 15,6 mg | 5,0 mg | 36 % | Normalem Energiestoffwechsel |
| Kupfer | 3100 µg | 1000 µg | 100 % | Schutz der Zellen vor oxidativem Stress |
| Zink | 15,6 mg | 5,0 mg | 50 % | Normalem Säure-Basen-Stoffwechsel |
| Mangan | 3,1 mg | 1,0 mg | 50 % | Normalem Säure-Basen-Stoffwechsel |
| Natrium | 625 mg | 200 mg | 2) | - |
| Kalium | 1875 mg | 600 mg | 30 % | Normale Muskelfunktion |
| Selen | 94 µg | 30 µg | 55 % | Schutz der Zellen vor oxidativem Stress |
| Chrom | 188 µg | 60 µg | 150 % | Normalem Stoffwechsel von Makronährstoffen |
| Molybdän | 250 µg | 80 µg | 160 % | Normaler Verstoffwechselung schwefelhaltiger Aminosäuren |

¹⁾ nach Lebensmittelinformationsverordnung

²⁾ keine Empfehlung der Europäischen Union (EU) vorhanden

Die BASIC BALANCE® Produkte

- **BASIC BALANCE® Pur**
zum Einrühren in Speisen oder Getränke (200/800 g Pulver); gluten-, jod-, lactose-, purin- und gelatinfrei
- **BASIC BALANCE® Kompakt**
leicht zu Schlucken (120 / 360 Tabletten); gluten-, purin-, jod-, gelatine- und lactosefrei.
- **BASIC BALANCE® Basen-Bad**
zum Entsäuern der Haut (600 g für 10 Vollbäder); mit basischen Mineralstoffen und Meersalz, parfüm-, seifen- und farbstofffrei, duftneutral.
- **BASIC BALANCE® Direkt Kautabletten**
zum Kauen oder Lutschen (42 Kautabletten);
gluten-, purin-, gelatine- und lactosefrei



PUR

BASIC BALANCE®

Hier noch einige nützliche Tipps

So unterstützen Sie neben dem täglichen Verzehr von BASIC BALANCE® Ihren Körper beim Abbau der überschüssigen Säuren:

• Ernährung

Essen Sie täglich 5 bis 7 Portionen Obst und Gemüse, vermeiden Sie üppigen Fleischkonsum. Nehmen Sie sich Zeit beim Essen, kauen Sie gründlich. Entlastungs- und Fastentage sind außerdem hilfreich. Trinken Sie täglich mindestens 2 Liter Flüssigkeit z. B. Wasser, Tee, Fruchtsäfte und genehmigen Sie sich maximal 2 bis 3 Tassen Kaffee oder schwarzen Tee pro Tag. Meiden Sie ein Übermaß an Alkohol und Nikotin!

• Bewegung und Wohlbefinden

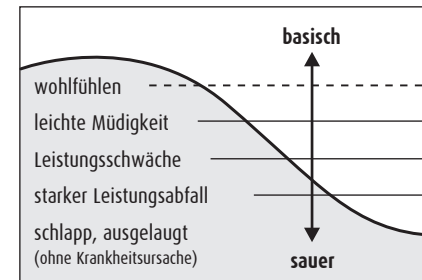
Bewegungsmangel fördert Übersäuerung. Sport, Spaziergänge und Gymnastik sind sehr hilfreich, sie fördern die Atmung und Ihr Körper gerät ins Schwitzen. Dies unterstützt den Organismus beim Abbau von Säuren. Ein Besuch in der Sauna, ein Dampfbad, Kneippsche Anwendungen oder auch ein BASIC BALANCE® Basen-Bad sind empfehlenswert für Ihr Wohlbefinden.

• Entspannung

Stress und Nervosität können den Säureabbau beeinträchtigen. Versuchen Sie häufiger am Tag abzuschalten und zu entspannen. Machen Sie z. B. zwei- bis dreimal am Tag eine Atemübung oder eine Mini-Meditation. Ein BASIC BALANCE® Basen-Bad kann ebenfalls zur Entspannung beitragen.

• Basische Bäder

Basische Mineralstoffe und Meersalz unterstützen den Körper beim Entsäuern der Haut. Das BASIC BALANCE® Basen-Bad ist die ideale Ergänzung zu den BASIC BALANCE® Produkten z. B. während einer Diät oder Fastenkur, nach körperlicher Anstrengung oder Stress. In solchen Zeiten ist es sinnvoll die tägliche Einnahme von BASIC BALANCE® durch ein Basen-Bad zu unterstützen. Die wohltuende und erholsame Wirkung von warmen Mineralbädern ist bereits seit dem Altertum bekannt. Durch basische Mineralsalzmischungen wird der pH-Wert des Badewassers erhöht, überschüssige Säuren der Haut können leichter abgegeben werden. Mineralstoffreiches Meersalz unterstützt diesen Prozess.



Qualitätsgarantie

Die Rezeptur wird von Experten ernährungswissenschaftlich kontrolliert, die in BASIC BALANCE® enthaltenen Inhaltsstoffe sowie das Endprodukt unterliegen strengsten Qualitätskontrollen. Sollten Sie trotzdem einmal Grund zu einer Beanstandung haben, schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an.


hübner
gesundheit leben

Hübner Naturarzneimittel GmbH
Schloßstraße 11-17
79238 Ehrenkirchen
eMail: info@huebner-naturarzneimittel.de

