PUR

BASIC BALANCE®

Säure-Basen-Ausgleich

Nahrungsergänzungsmittel mit Mineralstoffen
Durchschnittlich 100 % Säureausgleich je Tagesportion*

Basische Vitalstoffe bei ernährungsbedingter Übersäuerung

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

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 die Leistungsfähigkeit des Organismus belasten. Säureüberschuss ist auch eine mögliche Folge von Stress, insbesondere bei stärkerer körperlicher Belastung wie z. B. bei sehr intensiven sportlichen Aktivitäten. In diesen Fällen kann rasche Ermüdung, Konzentrationsschwäche und mangelnde Leistungsfähigkeit die Folge sein.

Mineralstoffe und Spurenelemente zur Nahrungsergänzung

BASIC BALANCE® enthält eine ausgewogene Kombination basischer Vitalstoffe, unter anderem Zink, das zur Harmonisierung des Säure-Basen-Haushaltes beitragen und durchschnittlich **100 % Säureausgleich je Tagesportion*** bieten kann.

BASIC BALANCE® wurde von Ernährungsspezialisten zur Nahrungsergänzung entwickelt, um den Körper bei der Erreichung oder Erhaltung seines Säure-Basen-Gleichgewichtes zu unterstützen und mit den enthaltenen Mineralstoffen und Spurenelementen zu versorgen.

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

Basische Vitalstoffe

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

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

	je 100 g	Tagesportion 4 Messlöffel =32 g	% des empfohlenen Tagesbedarfs [1]	Zur Unterstützung bei
Kalium	1875 mg	600 mg	30 %	normaler Muskelfunktion
Calcium	1563 mg	500 mg	63 %	normalem Energiestoffwechsel
Magnesium	625 mg	200 mg	53 %	Zellteilung
Natrium	625 mg	200 mg	[2]	–
Eisen	15,6 mg	5,0 mg	36 %	normalem Energiestoffwechsel
Zink	15,6 mg	5,0 mg	50 %	normalem Säure-Basen-Stoffwechsel
Mangan	3,1 mg	1,0 mg	50 %	kann vor oxidativem Stress schützen
Kupfer	3100 µg	1000 µg	100 %	kann vor oxidativem Stress schützen
Molybdän	250 µg	80 µg	160 %	normaler Verstoffwechslung schwefelhaltiger Aminosäuren
Chrom	188 µg	60 µg	150 %	normalem Stoffwechsel von Makronährstoffen
Selen	94 µg	30 µg	55 %	kann vor oxidativem Stress schützen
Brennwert	1476 kJ / (346 kcal)	472 kJ / (111 kcal)		
Eiweiß	< 1 g	< 0,3 g		
Kohlenhydrate	75,7 g	24,2 g		
Fett	0,1 g	0,03 g		

[1] gemäß Nährwert-Kennzeichnungsverordnung

[2] keine Empfehlung vorhanden

Die BASIC BALANCE® Produkte

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

hübner
gesundheit leben

bb_beipack_pur_240x163.indd 1 04.10.12 13:15

PUR

BASIC BALANCE®

Säure-Basen-Ausgleich

Durchschnittlich 100 % Säureausgleich je Tagesportion*

*Berechnungsbasis: Bei der heute üblichen Ernährung entsteht nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen ein Säureüberschuss von 50 bis 80 mEq pro Tag; dies sind durchschnittlich 65 mEq. Eine empfohlene Tagesportion **BASIC BALANCE®** enthält 65 mEq zum durchschnittlichen Ausgleich dieses Säureüberschusses. Die Milliäquivalent-Angabe (mEq) beschreibt die Höhe des Säure- bzw. Basenüberschusses, der im Stoffwechsel des menschlichen Organismus entsteht. **BASIC BALANCE®** wurde nach diesen Angaben entwickelt, um die nahrungsbedingte Säurebelastung zu reduzieren und damit zu helfen, das Säure-Basen-Gleichgewicht zu erhalten.

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

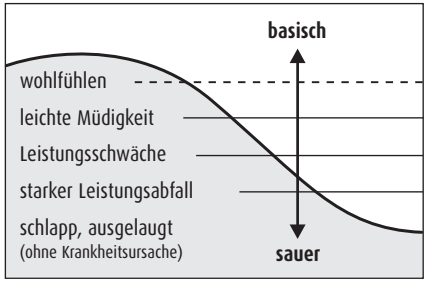
Bewegungsmangel fördert Übersäuerung. Sport, Spaziergänge und Gymnastik sind sehr hilfreich, sie fördern die Atmung und Ihr Körper gerät ins Schwitzen. Dies unterstützt den Organismus beim Abbau von Säuren. Ein Besuch in der Sauna, ein Dampfbad, Kneippsche Anwendungen oder auch ein **BASIC BALANCE®**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

• Entspannung

Stress und Nervosität beeinträchtigen den Säureabbau. 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 trägt ebenfalls zur Entspannung bei.

• 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
Lil-Dagover-Ring 7
82031 Grünwald

Tel.: 089-641 860
eMail: info@huebner-naturarzneimittel.de

GI 02105-01

bb_beipack_pur_240x163.indd 2 04.10.12 13:15