

Thema: Sei doch nicht so sauer! – Studie belegt positiven Effekt von Entsäuerungskuren mit Basenpräparaten

Beitrag: 2:18 Minuten

Anmoderationsvorschlag: Gefühlt sind wir ja alle immer viel zu sehr im Stress, um dauerhaft auf die richtige Ernährung, die perfekte Work-Life-Balance und eine ausreichende Dosis Bewegung zu achten. Die Folgen kennen die meisten von uns deshalb auch nur zu gut: Wir fühlen uns noch gestresster, sind energielos, müde und abgeschlagen. Was dagegen helfen kann und wie eine Basenkur das unterstützt, weiß meine Kollegin Jessica Martin.

Sprecherin: Ist der Körper übersäuert, funktioniert nichts mehr richtig gut. Das kann insbesondere das Energielevel, die Konzentration und sogar das Gewicht betreffen, wenn man abnehmen möchte. Es gibt aber ein paar Tricks, die dabei helfen, den Körper – und insbesondere den Säure-Basen-Haushalt – wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

O-Ton 1 (Umfrage 1, 25 Sek.): Frau: „Also, ich achte sehr bewusst auf meine Ernährung. Ich esse viel Salat und Obst und gehe zwei- bis dreimal wöchentlich zum Sport.“ **Mann:** „Ja, wir essen weniger Fleisch, weniger Milchprodukte, Getreide. Ja und wir gehen länger spazieren.“ **Frau:** „Ich nehme dann zweimal am Tag so ein Basenprodukt aus der Apotheke, und das unterstützt die Entsäuerung schon enorm.“ **Mann:** „Ganz einfach: man achtet auf eine basische Ernährung und auch den täglichen Ausgleich und dann fühlt man sich hinterher auch ja deutlich besser.“

Sprecherin: Dass eine Basenkur wirklich helfen kann, sich wieder fitter zu fühlen, belegt auch eine aktuelle Umfrage, die das Meinungsforschungsintstitut Kantar-Emnid unter 3000 Befragten durchgeführt hat. Von denen, die bereits eine Entsäuerung mit Unterstützung von Basenpräparaten aus der Apotheke gemacht haben, gaben satte 74 Prozent an, sich danach besser zu fühlen.

O-Ton 2 (Umfrage 2, 16 Sek.): Frau: „Man ist einfach vitaler und leistungsfähiger.“ **Mann:** „Weniger müde und mit mehr Energie.“ **Mann:** „Man hat wesentlich mehr Dampf in den Knochen.“ **Frau:** „Ich kann mich dann einfach endlich wieder schön konzentrieren.“ **Mann:** „Man ist da irgendwie – ja – energiegeladener. Und der Alltagsstress kann einem eigentlich quasi nichts mehr anhaben.“

Sprecherin: Gestützt werden die Umfrage-Ergebnisse durch eine klinische Untersuchung an der Charité Berlin, die mit dem Basenpräparat Basica Direkt durchgeführt wurde. Dazu Thomas Heimann, Diplom-Ökotrophologe bei Protina, dem Auftraggeber dieser Studie:

O-Ton 3 (Thomas Heimann, 26 Sek.): „Das Ergebnis hat gezeigt, dass nach vier Wochen Einnahme der Säure-Basen-Ausgleich positiv beeinflusst wurde. Zum einen wurde festgestellt, dass der Körper insgesamt mehr Basen zur Verfügung hat, um überschüssige Säure zu neutralisieren. Und das Zweite, was man in der Studie festgestellt hat: Dass durch die Einnahme des Basenpräparats auch der Kohlenhydrat-Stoffwechsel in der Zelle verbessert wurde. Das heißt, die Zellen konnten dadurch mit mehr Energie versorgt werden.“

Sprecherin: Und wer über mehr Energie verfügt, der fühlt sich in der Regel auch vitaler und leistungsfähiger.

Abmoderationsvorschlag: Wenn Sie sich auch schon länger die Frage stellen, ob eine Entsäuerungskur mal was für Sie wäre, ist der nahende Frühling sicher ein guter Zeitpunkt für die Umsetzung! Unter basica.com können Sie per Selbsttest ganz schnell rausfinden, ob Ihr Körper übersäuert ist – außerdem finden Sie da natürlich auch noch viele weitere interessante Informationen zum Thema!