

---

Subject: Säue-Basen Haushalt

Posted by [pina](#) on Mon, 25 Apr 2011 16:25:26 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Erst einmal frohe Ostern, wenn auch fast vorbei,

von meiner Mutter habe ich mir ein Buch ausgeliehen, in dem es um die Entsäuerung des Körpers geht. Eine Freundin von ihr hat das gemacht und berichtet, sie fühle sich richtig gut. In dem Buch wird angegeben, dass sich die Prozedur positiv auf Haarwuchs, Cellulite ( habe ich nun weniger Probleme mit) und Besenreiser ( habe ich intensiv Probleme mit) sowie Gewichtsreduktion für den der will, auswirkt. Bzgl. Haaren leuchtet mir da einiges ein, aber dass Besenreiser verblassen sollen glaube ich nicht.

Hat von Euch schonmal jemand so eine Entsäuerung gemacht, bzw. sorgt dafür, den Körper in einem ausgeglichenen Säure-Basen Verhältnis zu halten?

Es hört sich garnicht so wild an. Und ich habe mir vorgenommen, das einmal auszuprobieren. Allerdings muss ich erst noch einige Feiern in den nächsten Wochen abwarten, da man auch auf Schokolade, Kuchen und Co. verzichten muss. Zumindest in den ersten 2-4 Wochen.

Es geht hier speziell auch darum, den Mineralstoffhaushalt ins Lot zu bringen. Das was die Autorin so schreibt klingt nachvollziehbar und sinnvoll. Hungern muss man nicht, da es keine Abnehm-Diät ist, man aber durchaus Gewicht verlieren kann, da man die Nahrung anders kombiniert und wie gesagt auf Zucker weitgehenst verzichten sollte.

Ich ernähre mich manchmal schon sehr Süßigkeitenlastig und habe das Gefühl, das tut meinen Haaren nicht gut.

Liebe Grüße,  
pina

---