

---

Subject: Entsäuerung

Posted by [pina](#) on Mon, 18 Jul 2011 15:23:41 GMT

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

---

Hallo Ihr Lieben!

Seit 4 Wochen mache ich jetzt diese Entsäuerung nach "Body Reset".

Oder besser gesagt: Die ersten zwei Wochen sollten dem Säure-Basen Gleichgewicht dienen, um dann das Entschlacken zu starten. Ich habe mich überigens für die langsame Variante entschieden, da ich doch nicht so ganz auf ein Eis verzichten kann oder mal ein bißchen Schokolade

Mein bisheriges Fazit: auf jeden Fall ernähre ich mich gesünder, mit deutlich mehr Obst und Gemüse als bisher. Auch trinke ich wesentlich mehr, da ich eine notorische Wenigtrinkerin war - bisher.

Ich fühle mich wacher und fitter.

Bzgl. Haarstatus ist die Entwicklung gerade wieder gegenläufig. Die letzten beiden Haarwäschen waren grausam und ich habe Angst auf den Stand von vor zwei Jahren zurückzufallen. Beim Kämmen nach dem Waschen rieseln Unmengen auf den Boden und auch beim Waschen selbst gehen wieder massig Haare aus.

Übrigens verwende ich keine basischen Körperpflegeprodukte, die sind mir einfach zu teuer. Aber basische Fußbäder mache ich und trinke Entschlackungstee ebenso, wie ich die basische Nahrungsergänzung nehme.

Gerade habe ich aber einen Eintrag gegoogelt, in dem empfohlen wird magensaftresistente basische Nahrungsergänzung einzunehmen, weil es sonst nichts bringen würde. Tja, schon ist die totale Verunsicherung wieder da.

Warum die Haare nun wieder so massiv ausfallen weiß ich nicht, es macht mich völlig fertig.

Der Haaransatz ist erschreckend ausgedünnt.

Bis zu meinem Termin bei der Spezialärztin sind es noch über 3 lange Monate.

Dann werde ich das Geld wohl investieren und meinen Mikronährstoffhaushalt untersuchen lassen.

Liebe Grüße,

pina

---