

---

Subject: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Haar31](#) on Fri, 11 Jul 2008 20:11:17 GMT

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

---

Hey,

was sagt ihr zu der theorie durch die entsäuerung des körpers den haarwuchs zu fördern???

macht das sinn? ist es ein versuch wert?

worauf sollte man achten??

würde mir sonst wohl wirklich mal ein paar baseprodukte bestellen...

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 11 Jul 2008 20:24:14 GMT

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

---

So wollte ich damals meinen HA anfangs auch bekämpfen.

Das hat damit eigentlich wenig zu tun. Es gab mal oder gibt noch Frisöre die so ultra teure Mittelchen anbieten um den PH Wert aufrecht zu erhalten. Da verlierst nur Zeit, Geld und Haare weil es den HA nicht beseitigt. Basentabletten kannst aber ganz normal bei Schlecker oder in ner Drogerie kaufen.

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Gast](#) on Fri, 11 Jul 2008 20:33:15 GMT

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

---

"...worauf sollte man achten??"

Besonders darauf, dass man auf so nen Gefasel nicht reinfällt.

Die meisten kommerziellen Aussagen zur Entsäuerung fangen so an: "Wussten Sie eigentlich schon, dass die Cellultis der Frau der Haarausfall des Mannes ist?" Daher sollten Sie jetzt schnell handeln!!! Bei Haarausfall empfehlen wir Ihnen..."

Gruß

Crusher

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Ralf3](#) on Sat, 12 Jul 2008 21:14:13 GMT

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

---

Haar31 schrieb am Fre, 11 Juli 2008 22:11 Hey,  
was sagt ihr zu der theorie durch die entsäuerung des körpers den haarwuchs zu fördern???

macht das sinn? ist es ein versuch wert?

worauf sollte man achten??

würde mir sonst wohl wirklich mal ein paar baseprodukte bestellen...

Der Gesundheit kommt es allemal zugute!!

Aber bloß nicht die überteurten!!! Produkte die es da gibt...Basenpulver und Totes-Meer-Salz aus dem DM- Markt tun es auch...vielleicht noch PH-Messstreifen (für das Basenbad) aus der Apo.

Gruß Ralf

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [nepomuk](#) on Wed, 06 Aug 2008 10:25:46 GMT

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

---

Naja, die Hypothese, daß Haarausfall die gleichen Ursachen hat wie Cellulite bei Frauen finde ich auf den ersten Blick schon sehr überzeugend. Ich hatte starkes SE und u.a. mit regelmäßigen basischen Bädern und Kopfhautanwendungen in den Griff bekommen. Tendenziell ist der Körper bei uns ja schon sauer (Bewegungsmangel, viel Eiweiß in der Nahrung etc.) und um das lebensnotwendige Gleichgewicht aufrechtzuerhalten, werden massiv Mineralien gebraucht, die über die Nahrung nicht mehr zugeführt werden in unserem Essen.

Meißt doch einfach mal den Speichel und den Urin, ist eine interessante Erfahrung.

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [happy1](#) on Wed, 06 Aug 2008 13:11:09 GMT

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

---

Wenn die Theorie stimmen würde, könnte z.b ein Säugling der mit Trockenmilch aufgezogen wird sich gar nicht entwickeln und wachsen. Sein Körper und seine Knochen entwickeln sich jedoch prächtig! Wo käme das ganze Wachstum her, wenn saure Ernährung dem Körper z.b Calcium entzieht?

Trockenmilch wird in den Säure-Basen Tabellen als sehr sauer angegeben.

Oder was ist mit den Inuit(Eskimos), die sich nur von Fleisch ernähren und, und, und.....

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [paradox](#) on Mon, 14 Sep 2009 21:20:14 GMT

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

---

man gibt an das der körper eines babys bis zu einem bestimmten alter calcium über die milch einnehmen kann. dabei kommen auch angeblich nicht alle milchsorten in frage.

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Manuel](#) on Tue, 15 Sep 2009 07:17:45 GMT

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

---

Hallo allerseits!

Habe mir ein Basenschampoo, Basenhaarpackung sowie ein Basenbad besorgt. Bin sehr zufrieden damit!

Besonders mit dem Shampoo. Das Haar fühlt sich wesentlich fülliger und elastischer an. Der Glanz kommt auch allmählich wieder.

Hatte zuvor nur Koffeinschampoos verwendet. ( Alpezin usw.)

Ich bekam mit der Zeit lauter Pünktchen auf der Stirn, da sie extrem fettete. Seit ich das Basenschampoo nehme, haben sich, für den Moment zumindest alle Probleme in Luft aufgelöst!

mfg

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [happy1](#) on Tue, 15 Sep 2009 07:57:36 GMT

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

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [happy1](#) on Tue, 15 Sep 2009 08:02:59 GMT

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

---

paradox schrieb am Mon, 14 September 2009 23:20man gibt an das der körper eines babys bis zu einem bestimmten alter calcium über die milch einnehmen kann. dabei kommen auch angeblich nicht alle milchsorten in frage.

Wenn du dir als Erwachsener ein Bein brichst, wächst es doch auch wieder zusammen oder? Es spielt dabei keine Rolle wie du dich ernährst. Wenn man einen Knochen absägt und einen Spalt lässt, wächst dieser Spalt wieder zusammen. Wird zum Beispiel in Asien oft gemacht um kleine Leute größer zu machen.

Kinder und Jugendliche ernähren sich genauso "sauer" wie Erwachsene und dennoch haben sie kein Problem mit dem Längenwachstum.

---

Schau dich mal auf der Straße um und dann sag mir irgendeinen Zusammenhang zwischen saurer Ernährung und Haarausfall. Also ich kann da nichts erkennen. Du schon??

LG  
Happy

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Bernd Hoffmann](#) on Wed, 07 Oct 2009 16:16:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn ich die Literatur richtig verfolgt habe, gibt es noch keinen wissenschaftlich nachgewiesenen Zusammenhang zwischen Übersäuerung und Haarausfall.

siehe z.B. Ralph M.Trüeb : Haare - Praxis der Trichologie

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [abc123](#) on Mon, 12 Oct 2009 20:05:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallo,

wie kann ich denn feststellen ob ich übersäuert bin?

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Latisha](#) on Mon, 12 Oct 2009 20:15:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

teststreifen aus der apotheke holen. 3 mal, besser 5 mal am tag in ein becherchen pinkeln, teststreifen reinhalten, mit der skala die bei den teststreifen dabei ist vergleichen, wert notieren. schau mal im internet, da müsste es so tabellen geben mit uhrzeit, wo die "Idealkurve" dunkel unterlegt ist. bist du drunter bist du übersäuert und drüber untersäuert...oder andersrum? müsstest was im net dazu finden

grüße

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [abc123](#) on Mon, 12 Oct 2009 20:17:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

das ging schnell dankeschön!

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [abc123](#) on Wed, 21 Oct 2009 20:37:28 GMT

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

---

was sagt ihr dazu?

<http://www.test.de/themen/gesundheit-kosmetik/meldung/-Ueber saeuerung/1304921/1304921/>

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Manuel](#) on Fri, 23 Oct 2009 07:03:25 GMT

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

---

Hallo!

Ich kann dazu nur sagen, dass mein Haarausfall seit der Verwendung eines Entsäuerungsschampos definitiv gestoppt ist!

Das kann jetzt Zufall sein, oder meine vorhergehenden Schampos waren einfach nur schlecht und ausschlaggebend für den Haarausfall.

Das Haar fühlt sich jetzt auch viel geschmeidiger an!

Ich kann es weder empfehlen noch davon abraten, bei mir ist zumindest ein Haarausfallstopp eingetreten.

mfg

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [getaway](#) on Tue, 10 Nov 2009 21:22:04 GMT

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

---

Manuel schrieb am Fri, 23 October 2009 09:03Hallo!

Ich kann dazu nur sagen, dass mein Haarausfall seit der Verwendung eines Entsäuerungsschampos definitiv gestoppt ist!

hallo, welches entsäuerungsshampoo hast du da benutzt?

du verwendest aber auch noch einige andere sachen also kann ma ja nicht zu 100% sagen ob das vom shampoo kommt oder nicht.

---

---

Subject: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Manuel](#) on Wed, 25 Nov 2009 09:42:38 GMT

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

---

Hallo!

Ja da hast du bestimmt recht, dass man das nicht zu 100 Prozent sagen kann.

Aber:

Zuvor hatte ich immer fettigende Haare juckende Kopfhaut usw.. Ich versuchte eine Vielzahl an Schmapoos. Leider mit keinem Zufriedenstellendem Effekt.

Bis ich auf dieses Shampoo aufmerksam geworden bin

Habe mir die Basische Bodenpackung dazugekauft und bin absolut zufrieden. Kein jucken mehr, stylen geht besser, die Haare fühlen sich einfach geschmeidiger und lockerer an!

Werde es bestimmt weiterverwenden! Natürlich muss jeder selbst wissen was er tut

---

---

Subject: Aw: Re: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Oct 2010 00:26:27 GMT

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

---

Ich verwende schon seit 6 Jahren kolloidale Mineralien und genau seit diesem Zeitpunkt habe ich auch keinen Haarausfall mehr! Zwar muss ich zugeben, dass es nie zu Neuwuchs kam, aber seit 6 Jahren ist die weitere Verschlimmerung meines Haarstatus gestoppt.

Und das, obwohl ich eine sehr aggressive Alopezie habe, die schon mit 17 begann- mit 20 hatte ich schon eine ausgeprägte Tonsur!

Heute mit 26 den gleichen Haarstatus! Und das will was heißen.

Fin und Minox nahm ich zwar auch 3 Jahre lang, aber jetzt schon seit über 2 Jahren nicht mehr und trotzdem ist mein Haarausfall noch immer gestoppt.

Früher habe ich das mit der Übersäuerung auch nicht geglaubt, sondern an die erblich bedingte DHT-Empfindlichkeit.

Ich nahm die Mineralien auch nur weil es allgemein gesund ist, aber nicht wegen meinen Haaren. Aber jetzt nach 6 Jahren Einnahme bin ich davon überzeugt, dass es die Mineralien waren, die meinen Haarausfall zum Stillstand gebracht haben.

Trotzdem ist das mit dem DHT natürlich nicht an den Haaren herbei gezogen.

Schliesslich gibt es viele, die eine dichte Mähne haben und ich kann mir nicht vorstellen, dass diese Menschen nicht übersäuert sind!

Eine erblich bedingte DHT-Überempfindlichkeit ist Grundvoraussetzung für eine AGA, aber die Ursache ist die Übersäuerung. Davon bin ich ganz fest überzeugt!!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [kraalex](#) on Wed, 10 Nov 2010 19:02:22 GMT

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

---

Das forum ist ja ätzend aufgebaut... wieso können die beiträge nicht einfach nacheinander folgen.

---

Aber zum thema: ich glaube nicht daran. wieder mal ne theorie um an produkten die mit dem thema keinerlei zusammenhang haben, geld zu verdienen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Shane](#) on Wed, 10 Nov 2010 19:08:07 GMT

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

---

kraalex schrieb am Wed, 10 November 2010 20:02Das forum ist ja ätzend aufgebaut... wieso können die beiträge nicht einfach nacheinander folgen.

Tipp: Oben rechts gibts nen "FLACH"-Button. Anklicken, und alle Beiträge in einem Thread stehen untereinander!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 10 Nov 2010 20:22:25 GMT

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

---

kraalex schrieb am Wed, 10 November 2010 20:02Das forum ist ja ätzend aufgebaut... wieso können die beiträge nicht einfach nacheinander folgen.

Aber zum thema: ich glaube nicht daran. wieder mal ne theorie um an produkten die mit dem thema keinerlei zusammenhang haben, geld zu verdienen.

Und woran glaubst Du?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Christian318](#) on Thu, 11 Nov 2010 16:14:18 GMT

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

---

@ Norwood-null

Ich habe mir die Mineralien jetzt mal bei nutrioshop bestellt.

In der Beschreibung steht, dass man 1-2 mal täglich 1 Tablette nehmen soll. Nach dem was du zur Einnahmemenge so geschrieben hast, nehme ich mal an, dass das zu wenig ist.

Kannst du sagen, wieviele Tabletten pro Tag du empfehlen würdest und ob man auch mehrere gleichzeitig nehmen kann anstatt immer einzeln über den Tag verteilt?

Habe heute auch mal einen pH-Streifen-Test gemacht, der eine ziemliche Übersäuerung angezeigt hat. Ich hoffe, ich kann da mit den Mineralien entgegenwirken

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 11 Nov 2010 16:34:38 GMT

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

---

Christian318 schrieb am Thu, 11 November 2010 17:14@ Norwood-null

Ich habe mir die Mineralien jetzt mal bei nutrioshop bestellt.

In der Beschreibung steht, dass man 1-2 mal täglich 1 Tablette nehmen soll. Nach dem was du zur Einnahmemenge so geschrieben hast, nehme ich mal an, dass das zu wenig ist.

Kannst du sagen, wieviele Tabletten pro Tag du empfehlen würdest und ob man auch mehrere gleichzeitig nehmen kann anstatt immer einzeln über den Tag verteilt?

Habe heute auch mal einen pH-Streifen-Test gemacht, der eine ziemliche Übersäuerung angezeigt hat. Ich hoffe, ich kann da mit den Mineralien entgegenwirken

Interessant.

Kannst Du mir Deine gemessenen Werte mal geben?

Also in den vergangenen 6 Jahren nahm ich die Mineralien viel zu wenig. Sprich: Manchmal 1 Tablette am Tag, manchmal auch 2, manchmal auch ein paar Tage gar nicht...

Das war meiner Meinung nach auch der Hauptgrund weshalb der Haarausfall nicht weiter voran schritt, jedoch reichte es nie für Neuwuchs.

Ich würde empfehlen: Jeden Tag 8 Tabs!

Und zwar morgens und abends jeweils 4.

Zumindest für ein halbes Jahr sollte man das mal ausprobieren denke ich. Danach kann man in die Erhaltungs-Dosis übergehen mit 2-4 Tabs am Tag.

Man darf nicht vergessen, wenn es bereits zu kahlen Stellen gekommen ist, dass dann auch der Haarboden keine Mineralien mehr hat, trotzdem aber fallen ständig neue Säuren an, die mit Mineralien neutralisiert werden müssen.

Nimmt man (wie ich es getan habe) dann nur 1-2 Tabs am Tag (wenn überhaupt), reicht es dem Körper gerade so, um nicht noch mehr Haare ausfallen zu lassen, nicht aber, um die verloren gegangenen zu ersetzen.

Bei richtig hohen Dosen würde dem Körper sicher nichts mehr anderes übrig bleiben als die ganzen Mineralien-Überschüsse im Haarboden abzulagern und dann sollten auch die Haare wieder wachsen.

Unterstützen sollte man das ganze natürlich noch mit topischen Haartinkturen.

Insbesondere die, die das IGF-1 anregen wie Cayenne-Pfeffer.

Viel Glück!

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Christian318](#) on Fri, 12 Nov 2010 13:41:16 GMT

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

---

Der Wert lag bei 5,5 und zwar mittags.

Ok, das hört sich alles schlüssig an. Aber riskiert man mit 8 Tabs keine Überdosierung, z.B. von Eisen und Zink?

Gerade bei Zink wäre man schon alleine durch die Tabletten bei 88mg pro Tag. Kommt mir sehr viel vor, da ich auch mal gelesen habe, dass 15mg den Tagesbedarf decken.

Ansonsten würde ich das gerne ausprobieren und zusätzlich noch Minox verwenden.

Meine Zink-Histidin-Tabletten kann ich dann wohl getrost aus dem Regimen streichen

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Legende](#) on Fri, 12 Nov 2010 14:05:23 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Thu, 11 November 2010 17:34

Ich würde empfehlen: Jeden Tag 8 Tabs!

Sag mal willst du die Leute vergiften oder was?

Zitat:Vitamine und Mineralstoffe haben zwei Gesichter: Ein Mangel kann krank machen zu viel des Guten ebenfalls. Forscher haben nun erstmals Höchstmengen definiert, um Überdosierungen zu vermeiden.

[http://www.focus.de/gesundheit/ernaehrung/gesundessen/vitamine/zu-viel-des-guten\\_aid\\_19055.html](http://www.focus.de/gesundheit/ernaehrung/gesundessen/vitamine/zu-viel-des-guten_aid_19055.html)

weitere quelle

<http://www.megavitalshop.de/info/i-mineral.htm>

Ich glaub du bist jetzt komplett durch gedreht ,  
dass man damit den AGA HA stoppt ist schon eine sache,  
was ich auch persönlich daran glaube, dass man die damit stoppen kann,  
aber das du jetzt denkst, wenn man einfach mal 8Tabs nimmt  
kommt noch einer neuer Haarwuchs dazu..

Bei dir ist irgendeine sicherung durch gedreht !

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Rosso](#) on Fri, 12 Nov 2010 15:00:55 GMT

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

---

Bei den Dosierungen sollte man sich mal fragen, ob statt des Haares nicht was anderes "ausfällt". 88 mg Zink am Tag

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 12 Nov 2010 15:45:24 GMT

---

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

---

Rosso schrieb am Fri, 12 November 2010 16:00Bei den Dosierungen sollte man sich mal fragen, ob statt des Haares nicht was anderes "ausfällt". 88 mg Zink am Tag  
Das ist ja nicht für ewig, sondern nur für 6 Monate, bis der Haarboden wieder mit Mineralien voll ist.

Außerdem hat meine Naturärztin selber ausgependelt (mit einer Rute), dass ich die Mineralien deutlich erhöhen soll.

Es wird zwar hier und da geschrieben, dass es zu Überdosierungen kommen kann, aber bewiesen ist das nicht.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 12 Nov 2010 15:47:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian318 schrieb am Fri, 12 November 2010 14:41Der Wert lag bei 5,5 und zwar mittags.

Ok, das hört sich alles schlüssig an. Aber riskiert man mit 8 Tabs keine Überdosierung, z.B. von Eisen und Zink?

Gerade bei Zink wäre man schon alleine durch die Tabletten bei 88mg pro Tag. Kommt mir sehr viel vor, da ich auch mal gelesen habe, dass 15mg den Tagesbedarf decken.

Ansonsten würde ich das gerne ausprobieren und zusätzlich noch Minox verwenden.

Meine Zink-Histidin-Tabletten kann ich dann wohl getrost aus dem Regimen streichen

Da hast Du glaube ich was falsch verstanden.

Den Säure-Basen-Wert misst man nicht nur 1x, sondern den ganzen Tag, vom ersten Urin am Morgen bis zum letzten vor dem zu Bett gehen. Und das 3 Tage hintereinander!

Es ist nicht weiter schlimm, wenn der Urin auch mal sauer ist. Wichtig ist dabei nur, dass er nicht permanent sauer ist.

Deshalb braucht man aussagekräftige Werte.

Auch wenn der Morgenurin basisch ist, ist das kein gutes, sondern ein schlechtes Zeichen!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 12 Nov 2010 17:15:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mehr als 60mg zink über NEM's am tag würde ich nicht empfehlen, bis 60mg ist zink noch erwiesenermaßen sicher bei erwachsenen. Bei mineralien sowie allen NEM's gibts gewisse dosen die anfangen ins negative umzuschlagen, und bei extremer überdosis zum tod führen würden. Ne überdosis salz, was wir jeden tag essen, würde durch den druck aufgrund extremer austrocknung deine zellen platzen lassen. Ne überdosis kalium und deine pumpe setzt aus. Aber vergiftet würdet ihr durch diese dosen trotzdem nicht. Ab 20-30 tabs könnte man wirklich von vergiften sprechen. Obs langzeitgesehen schädliche auswirkungen hat, schwer

zu sagen, diese dosis bewegt sich auf sehr dünnem eis, die chance ist aufjedenfall da.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 12 Nov 2010 22:01:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich habe mal eine Zeit lang 100 mg Zink/Tag genommen (vom bekannten DR. Strunz empfohlen)... ist auch nix passiert.  
Ich lebe noch

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Christian318](#) on Sat, 13 Nov 2010 15:05:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Jetzt bin ich aber auch nicht viel schlauer als vorher.  
8 Tabletten am Tag erscheinen mir wirklich etwas zu viel des Guten. Und die angegebenen 1-2 kommen mir etwas wenig vor.

Welche Dosierung würdet ihr denn anhand dieser Werte empfehlen?

<http://www.nutrio-shop.com/full-spectrum-minerals-tabletten-p-116.html>

Ich denke mal 3 am Tag dürften unbedenklich sein.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Fri, 12 November 2010 16:47Christian318 schrieb am Fri, 12 November 2010 14:41Der Wert lag bei 5,5 und zwar mittags.

Ok, das hört sich alles schlüssig an. Aber riskiert man mit 8 Tabs keine Überdosierung, z.B. von Eisen und Zink?

Gerade bei Zink wäre man schon alleine durch die Tabletten bei 88mg pro Tag. Kommt mir sehr viel vor, da ich auch mal gelesen habe, dass 15mg den Tagesbedarf decken.  
Ansonsten würde ich das gerne ausprobieren und zusätzlich noch Minox verwenden.

Meine Zink-Histidin-Tabletten kann ich dann wohl getrost aus dem Regimen streichen

Da hast Du glaube ich was falsch verstanden.

Den Säure-Basen-Wert misst man nicht nur 1x, sondern den ganzen Tag, vom ersten Urin am Morgen bis zum letzten vor dem zu Bett gehen. Und das 3 Tage hintereinander!

Es ist nicht weiter schlimm, wenn der Urin auch mal sauer ist. Wichtig ist dabei nur, dass er nicht

permanent sauer ist.  
Deshalb braucht man aussagekräftige Werte.  
Auch wenn der Morgenurin basisch ist, ist das kein gutes, sondern ein schlechtes Zeichen!

Ok, das wusste ich nicht. Werde ich in den nächsten Tagen mal versuchen. Kann die Werte dann hier posten, falls es dich noch interessiert

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [HirschGeweih](#) on Sat, 13 Nov 2010 18:53:21 GMT

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

---

Christian318 schrieb am Sat, 13 November 2010 16:05 Jetzt bin ich aber auch nicht viel schlauer als vorher.

8 Tabletten am Tag erscheinen mir wirklich etwas zu viel des Guten. Und die angegebenen 1-2 kommen mir etwas wenig vor.

Welche Dosierung würdet ihr denn anhand dieser Werte empfehlen?

<http://www.nutrio-shop.com/full-spectrum-minerals-tabletten-p-116.html>

Ich denke mal 3 am Tag dürften unbedenklich sein.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Fri, 12 November 2010 16:47 Christian318 schrieb am Fri, 12 November 2010 14:41 Der Wert lag bei 5,5 und zwar mittags.

Ok, das hört sich alles schlüssig an. Aber riskiert man mit 8 Tabs keine Überdosierung, z.B. von Eisen und Zink?

Gerade bei Zink wäre man schon alleine durch die Tabletten bei 88mg pro Tag. Kommt mir sehr viel vor, da ich auch mal gelesen habe, dass 15mg den Tagesbedarf decken.

Ansonsten würde ich das gerne ausprobieren und zusätzlich noch Minox verwenden.

Meine Zink-Histidin-Tabletten kann ich dann wohl getrost aus dem Regimen streichen

Da hast Du glaube ich was falsch verstanden.

Den Säure-Basen-Wert misst man nicht nur 1x, sondern den ganzen Tag, vom ersten Urin am Morgen bis zum letzten vor dem zu Bett gehen. Und das 3 Tage hintereinander!

Es ist nicht weiter schlimm, wenn der Urin auch mal sauer ist. Wichtig ist dabei nur, dass er nicht permanent sauer ist.

Deshalb braucht man aussagekräftige Werte.

Auch wenn der Morgenurin basisch ist, ist das kein gutes, sondern ein schlechtes Zeichen!

Ok, das wusste ich nicht. Werde ich in den nächsten Tagen mal versuchen. Kann die Werte dann hier posten, falls es dich noch interessiert

maximal 3 eigentlich, das problem ist das z.b. molybdän niedriger angesetzt wurde, während eisen und zink extrem hoch angesetzt sind. Daher maximal 3 um einen zink und vor allem eisenüberschuss zu vermeiden, zink ist relativ sicher im gegensatz zu eisen, da können überdosen schneller mal negativ wirken. Aber eigentlich würde ich aufgrund des hohen eisenwertes echt bei 2 bleiben.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 Nov 2010 01:33:06 GMT

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

---

HirschGeweih schrieb am Sat, 13 November 2010 19:53 Christian318 schrieb am Sat, 13 November 2010 16:05 Jetzt bin ich aber auch nicht viel schlauer als vorher. 8 Tabletten am Tag erscheinen mir wirklich etwas zu viel des Guten. Und die angegebenen 1-2 kommen mir etwas wenig vor.

Welche Dosierung würdet ihr denn anhand dieser Werte empfehlen?

<http://www.nutrio-shop.com/full-spectrum-minerals-tabletten-p-116.html>

Ich denke mal 3 am Tag dürften unbedenklich sein.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Fri, 12 November 2010 16:47 Christian318 schrieb am Fri, 12 November 2010 14:41 Der Wert lag bei 5,5 und zwar mittags.

Ok, das hört sich alles schlüssig an. Aber riskiert man mit 8 Tabs keine Überdosierung, z.B. von Eisen und Zink?

Gerade bei Zink wäre man schon alleine durch die Tabletten bei 88mg pro Tag. Kommt mir sehr viel vor, da ich auch mal gelesen habe, dass 15mg den Tagesbedarf decken.

Ansonsten würde ich das gerne ausprobieren und zusätzlich noch Minox verwenden.

Meine Zink-Histidin-Tabletten kann ich dann wohl getrost aus dem Regimen streichen

Da hast Du glaube ich was falsch verstanden.

Den Säure-Basen-Wert misst man nicht nur 1x, sondern den ganzen Tag, vom ersten Urin am

Morgen bis zum letzten vor dem zu Bett gehen. Und das 3 Tage hintereinander!  
Es ist nicht weiter schlimm, wenn der Urin auch mal sauer ist. Wichtig ist dabei nur, dass er nicht permanent sauer ist.  
Deshalb braucht man aussagekräftige Werte.  
Auch wenn der Morgenurin basisch ist, ist das kein gutes, sondern ein schlechtes Zeichen!

Ok, das wusste ich nicht. Werde ich in den nächsten Tagen mal versuchen. Kann die Werte dann hier posten, falls es dich noch interessiert

maximal 3 eigentlich, das problem ist das z.b. molybdän niedriger angesetzt wurde, während eisen und zink extrem hoch angesetzt sind. Daher maximal 3 um einen zink und vor allem eisenüberschuss zu vermeiden, zink ist relativ sicher im gegensatz zu eisen, da können überdosen schneller mal negativ wirken. Aber eigentlich würde ich aufgrund des hohen eisenwertes echt bei 2 bleiben.

Es gibt die selben Tabs auch ohne Eisen- nur so zur Info

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Christian318](#) on Sun, 14 Nov 2010 17:30:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@HirschGeweih

Ok, danke. Zink und Eisen machen mir da auch die meisten Bedenken.

@Norwood-Null

Und wo, wenn ich fragen darf...?

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 15 Nov 2010 02:04:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Christian318 schrieb am Sun, 14 November 2010 18:30@HirschGeweih

Ok, danke. Zink und Eisen machen mir da auch die meisten Bedenken.

@Norwood-Null

Und wo, wenn ich fragen darf...?

Auch bei [www.nutrioshop.com](http://www.nutrioshop.com)  
gibts die selben Mineralien auch ohne Eisen. Schau mal rein

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Christian318](#) on Sun, 28 Nov 2010 17:08:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hatte mir leider schon die anderen mit Eisen bestellt.

Kann bei den eisenfreien Tabs jemand beurteilen, welche Tagesdosis man da einnehmen könnte? Zink ist auch weniger enthalten, Jod dagegen scheint ziemlich hoch dosiert zu sein.

<http://www.nutrio-shop.com/full-spectrum-mineral-eisen-frei-kapseln-p-114.html?osCsid=23dddce74d8e534f4aa3f334f8b1c004>

Die nächsten Monate werde ich jetzt mal mit den anderen Tabletten beschäftigt sein.  
Hoffentlich bringen die zwei pro Tag was

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [dani1993](#) on Sun, 28 Nov 2010 18:49:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

3 am tag ist okay

ich nehme die mit eisen. Allerdings gibt es da schon einen unterschied vom inhalt

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Latisha](#) on Wed, 05 Jan 2011 10:00:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hey jungs, wie siehts aus?  
habt ja alle fleißig das zeugs bestellt...  
erstes statement dazu?

liebe grüße

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [dani1993](#) on Wed, 05 Jan 2011 10:33:00 GMT

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

---

Latisha schrieb am Wed, 05 January 2011 11:00hey jungs, wie siehts aus?  
habt ja alle fleißig das zeugs bestellt...  
erstes statement dazu?

liebe grüße

Fast 2 Monate jetzt , aber eine Verbesserung des HA ist noch nicht da....  
Kann man mit einem Basischen Shampoo vllt nachhelfen?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Rocco](#) on Wed, 05 Jan 2011 12:48:02 GMT

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

---

Wenn du wirklich wissen willst ob eine Entsäuerung hilft, musst du viel mehr tun als nur diese Tabletten zu schlucken. Außerdem sollte das Mineralstoffpräparat hochwertig sein und eine optimale Verfügbarkeit haben!

Ich werde demnächst auch diese Entsäuerungs-Theorie ausprobieren, aber in der extremen Version (Krasse Ernährungsumstellung, Darmsanierung, Basenshampoo, ionisierte Mineralstoffe & Spurenelemente, usw..)

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 18 Jan 2011 21:50:12 GMT

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

---

Und vor allem würde ich mir in der Apo mal Säure-Basen-Teststreifen für den Urin besorgen und MESSEN, damit ihr seht wo ihr steht!

Aber bitte nicht nur 1x messen und das war`s!

Denn der Test muss 3 Tage hintereinander gemessen werden und zwar von morgens (der 1. Urin ist sehr wichtig!) bis abends.

Es ist nämlich nicht so, dass basisch= gut und sauer= schlecht ist, sondern beides muss in einem ausgewogenen Verhältnis stehen.

Morgens soll der Urin immer basisch sein und tagsüber soll er im Idealfall bis 8,0 (sehr basisch) gehen- aber Schwankungen sind ein MUSS. Wenn der PH-Wert den ganzen Tag 8,0 ist und nicht schwankt, dann scheint auch etwas nicht in Ordnung zu sein.

Es fallen nun mal auch Säuren an und die muss der Körper los werden. Es gibt auch

---

Menschen mit einer Nierenstarre, wo der Morgenurin basisch ist. Solche Werte sind auf keinen Fall als positiv zu bewerten, da so die Säuren im Körper verbleiben und DAS führt zur Säureneutralisierung durch Mineralien. Im Haarboden sind dann keine Mineralien mehr und dann führt das zur AGA.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Mon, 14 Mar 2011 19:54:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Servus.

Zunächst einmal. Bin neu hier, norwood 1-2 (eher zwei)

[img]index.php/fa/7592/0/

Zu diesem Thema: vor 1,5 Monaten hab ich mit so ner Entsäuerung angefangen und werde im Zuge dieser Vorstellung gleich ein paar Erfahrungen dazu posten. Das ist bestimmt von Interesse und hilfreich, denn Schalartane lauern bei diesem Thema an jeder Ecke. Ich verwende kein Regaine oder Finasterid oder sonst was.

Kurze Begründung: zwei Dinge schrecken mich noch ab.

1. der Preis

2. die Liste der Nebenwirkungen - ein wenig im Forum habe ich mich bereits umgeschaut und einigen scheint das Zeug ja gar nicht zu bekommen.

Bevor ich mich also auch auf diese Produkte stürze gilt es für mich persönlich auszuschließen, dass ich mit dieser Methode nicht erfolgreich sein kann. Zumal bin ich Vegetarier, wodurch die Ernährungsumstellung von Sauer auf Basisch in Bezug auf Fleisch etwas leichter fällt.

Dazu muss man wissen, dass ich mich vor der Umstellung trotz Vegetarismuss extrem ungesund und sauer ernährt habe. (viel Weißbrot und Käse, Fertigpizzen, Chips, usw.)

Nach 1,5 Monaten will ich noch keine Aussage darüber treffen, ob der Krams jetzt funzt oder nicht, dafür ist es viel zu früh, zusammenfassend kann man aber sagen, dass ich zumindestens guter Dinge bin. Mir fallen deutlich weniger Haare aus als vor Beginn der "Behandlung", ein Fortschreiten der GHs konnte ich nicht feststellen und was mir auf alle Fälle bereits aufgefallen ist, ist dass meine GHs voller kleiner weisser Härchen sind, die vorher noch nicht da waren. und das ist ja schonmal was. Allerdings weiss ich auch, dass Haarausfall gerne mal in Schüben daher kommt und vielleicht bin ich gerade in so einer Ruhephase gelandet. Wie ich schon sagte, nach 1,5 Monaten kann man das schlecht beurteilen. Darum habe ich mich dazu entschlossen, die Kiste ein Jahr durchzuziehen, euch auf dem Laufenden zu halten und dann wirklich ein Urteil dazu zu fällen.

So, nun aber ein paar Infos, was ich konkret bisher getan habe.

Zunächst wäre da die Ernährungsumstellung gewesen. Das ist gar nicht so einfach, denn hier lauern bereits die ersten Abzocker und Schalartane an jeder Ecke. Im Web gibt es z.B. unzählige Seiten zu diesem Thema mit aufgelisteten Lebensmitteln die (angeblich) sauer und basisch sind. Diese Listen haben alle etwas gemeinsam: Sie stimmen nicht miteinander überein. Je nachdem welche Produkte im seiten-eigenen Webshop verkauft werden, differieren die Listen voneinander. Da ist Soja mal einen wahre Basenbombe und bei der nächsten Seite ist

es geradezu unfassbar sauer und Krebs bekomme man davon auch noch. Die Listen dienen allerfalls also als grobe Orientierung, was wirklich sauer oder basisch auf einem wirkt, bleibt am Ende nur im Selbstversuch herauszufinden. Die ganze erleuternde und recht kostspielige Literatur von irgendwelchen "Doktoren", die meisst auch noch auf den Seiten beworben wird, kann man also getrost links liegen lassen.

Die erste Zeit der Entsäuerung verbringt man also im Selstversuch. Ich kann mir auch gut vorstellen, dass jeder Körper recht individuell darauf reagiert. Dazu hab ich PH- streifen für den Urin benutzt und kontrolliert.

An der Stelle die Frage an Norwood Null:

Wo hast du Streifen her, die bis 8 messen? meine gehen nicht so weit. Und woher hast du die Info, dass der Urin morgens bei 8 liegen sollte? Das habe ich bisher nur auf Scharlatanseiten gelesen ala: "Haarausfall? Messen sie den PH wert ihres Urins. Ist er morgens unter 8, sind Sie zu sauer und verlieren Ihre Haare. Aber hier haben wir auch schon die Rettung, das 79,95€ Produkt nebst 29,25€ Infoblatt dass Ihnen.....blah blah)

...

Solche Aussagen siehst du nichtmal auf den Webseiten der diversen Basenpulverfabrikanten, die damit richtig Tacken machen würden, weil bis auf Leute mit ernstern Nierenproblemen wohl absolut jeder morgens unter diesem Wert liegt.

Nun denn, meine Urinwerte waren vor beginn der Behandlung konstant über mehrere Tage gemessen zwischen knapp über 5 bis maximal 6. Also echt verflixt sauer. Inzwischen ist er morgens knapp unter 7 und den rest des Tages bei 7 - 7,5.

Zusätzlich nehme ich ein Basenpulver aus der Apotheke. Ds kostet um die 10€ und hält etwas über einen Monat. Diverse Webseiten versuchen auch hier einem völlig überteuerte Mittelchen anzudrehen, die letztlich wohl das gleiche leisten.

Dazu kämme ich mir die Haare mit einer handelsüblichen Nobbenbürste morgens und abends mehrere Minuten lang.(die diversen Webseiten empfehlen hier natürlich nur die sauteuren Bürsten aus Naturhaar, erhältlich im angeschlossenen Webschop oder unter diesem Link;) Anfangs kostete das recht viel Überwindung, weil ne Menge Haare dadurch rausgerissen wurden. Inzwischen verfangen sich aber kaum noch Haare in der Bürste und die Massage sorgt für ein angenehmes Gefühl auf dem Kopf. Inzwischen ist diese Prozedur bei mir gar nicht mehr wegzudenken, vielleicht messe ich dem zuviel bei. Hier spielt bestimmt ein Placeboeffekt eine Rolle.

Und natürlich noch das Trinken Trinken Trinken. Seit eineinhalb Monaten trinke ich tatsächlich nur noch stilles Wasser und davon 3 Liter am Tag. Hat zwar den Nachteil, dass ich bestimmt fünf mal pro Tag auf dem Klo bin, soll aber zur Entsäuerung unerlässlich sein.

Was gibts anschließend noch zu berichten? Achja. Meinen Kollegen fällt auf, dass ich viel vitaler und fröhlicher wirke. Bin ich auch. Kann mich auch sehr viel motivierter zum Sport aufraffen. Letztes Jahr hatte ich eine Wurzelbehandlung, bei der der Zahnarzt allerdings wenig Hoffnung hatte, dass damit die zu weit fortgeschrittene Infektion noch aufzuhalten wäre. Ende des letzten Jahres gab es eine Kontrolluntersuchung, bei der sich das leider bestätigt hatte. Weil

ein Implantat recht teuer ist, haben wir die weitere Behandlung verschoben. War letzte Woche nochmal zur Kontrolle. Infektion klingt inzwischen ab und wird durch Knochen ersetzt. Ob das jetzt mit meiner Entsäuerung in Zusammenhang steht und neuerlichen basischen Lebensweise, sei mal dahingestellt. Mir fällt es nur gerade ein, weil Zähne, Amalgam und Haarausfall ja wiederum ein Streitthema für sich sind

Fazit nach 1,5 Monaten.

Viele Abzocker in allen Formen und Farben an allen Winkeln des Webs, schwer den Überblick zu behalten. Man muss schon höllisch aufpassen, dass es einem nicht an Nährstoffen mangelt. Da man aber im Bezug auf Ernährung bewusster lebt und bewusster einkauft, wird der Geldbeutel geschont. Früher hab ich so einige Dinge wegwerfen müssen, weil sie mal wieder abgelaufen waren. Heute ist der Kühlschrank leerer, aber ich hungere nicht. Obs HA stoppt, werde ich sehen oder eben nicht. Empfehlen könnte ich so eine Entsäuerung auf alle Fälle auch dann, wenn es nichts für den HA bringt, andere positive Effekte stellen sich ein.

Zum Schluss natürlich noch ein Bild meiner rechten GH aktueller Stand. Die ist etwas ausgeprägter als die linke und da gibts auch daher mehr zu sehen. Werde mitte jeden Monats ein Bild hier reinstellen. Ein Bild von vor 1,5 Monaten habe ich nicht, da wussute ich noch gar nicht, dass ich das hier dokumentieren will, oder ob ich die doch recht krasse Lebensumstellung überhaupt durchhalte. Wünscht mir Erfolg, das wäre vielleicht auch was für Patienten, die Fin und Minox nicht so vertragen.

...

Auf dem Bild kann man sehr gut die weissen Härchen in der GH erkennen. zwei rote Kreise markieren zwei Härchen, die neu gewachsen sind. der grüne Kreis ist meine Problemzone, auf die ich besonderes Augenmerk legen werde. Denn während ich den subjektiven Eindruck habe, dass überall der Haaransatz etwas dichter geworden ist, will dort seit 1,5 Monaten einfach nichts passieren.

## File Attachments

---

1) [P1000127a.jpg](#), downloaded 482 times

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Mita](#) on Sat, 19 Mar 2011 19:36:24 GMT

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

---

Mein Hausarzt, mit dem ich gut befreundet bin und der sich sehr mit dem Thema 'alternative Medizin' beschäftigt, hat mal eine lange Zeit die Sachen einer Schweizer Firma (deren Name mir gerade nicht einfällt), welche Basische Artikel anbietet, getestet. Immer damit gebadet, Fussbäder gemacht und das Zeug gegessen. Er hat zwischendurch immer wieder seinen Säure/Base Haushalt kontrolliert. Dieser hat sich zu keiner Zeit verändert! Soviel dazu...

EDIT: P. Jentschura heisst die Firma.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Mar 2011 11:45:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mita schrieb am Sat, 19 March 2011 20:36 Mein Hausarzt, mit dem ich gut befreundet bin und der sich sehr mit dem Thema 'alternative Medizin' beschäftigt, hat mal eine lange Zeit die Sachen einer Schweizer Firma (deren Name mir gerade nicht einfällt), welche Basische Artikel anbietet, getestet. Immer damit gebadet, Fussbäder gemacht und das Zeug gegessen. Er hat zwischendurch immer wieder seinen Säure/Base Haushalt kontrolliert. Dieser hat sich zu keiner Zeit verändert! Soviel dazu...

EDIT: P. Jentschura heisst die Firma.

Das kann durchaus sein.

Das könnte entweder daran liegen, dass er anorganische Mineralien genommen hat oder der Körper von ihm ist so extrem übersäuert, dass die Säuren aus dem Zellinneren nun ins Zell-äußere, also in das Extrazelluläre Gewebe übergetreten sind. Dadurch ist es sogar möglich, durch diese Basen NOCH saurere Werte zu haben als vor der Therapie. Das sollte sich aber einstellen mit der Zeit.

Zitat:Wo hast du Streifen her, die bis 8 messen? meine gehen nicht so weit. Und woher hast du die Info, dass der Urin morgens bei 8 liegen sollte? Das habe ich bisher nur auf Scharlatanseiten gelesen ala: "Haarausfall? Messen sie den PH wert ihres Urins. Ist er morgens unter 8, sind Sie zu sauer und verlieren Ihre Haare. Aber hier haben wir auch schon die Rettung, das 79,95€ Produkt nebst 29,25€ Infoblatt dass Ihnen.....blah blah)

Wo habe ich das bitte geschrieben?

Morgens soll der PH sauer sein, also unter 7. Alles andere wäre schlecht.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Mon, 21 Mar 2011 21:52:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Würde in dem Fall nicht die Theorie anzweifeln, sondern die Produkte des Herstellers. Bei mir klappt es ohne große Zusatzmittel, bis auf ein normales Basenpulver, mit Ernährungsumstellung meinen Basen-Haushalt stück für stück zu verbessern.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 21 March 2011 12:45

Wo habe ich das bitte geschrieben?

Morgens soll der PH sauer sein, also unter 7. Alles andere wäre schlecht.

da

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 18 January 2011 22:50

Morgens soll der Urin immer basisch sein und tagsüber soll er im Idealfall bis 8,0 (sehr basisch)

gehen- aber Schwankungen sind ein MUSS. Wenn der PH-Wert den ganzen Tag 8,0 ist und nicht schwankt, dann scheint auch etwas nicht in Ordnung zu sein.

Inzwischen glaube ich aber, dass du dich vertippt hast.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Mar 2011 21:57:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Oje.  
Das war ein Fehler. Ich hatte wohl beim schreiben vergessen mein Gehirn einzuschalten.  
Natürlich muss der Urin morgens sauer sein.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Wed, 30 Mar 2011 21:42:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich mach mal ein kleines Update, obwohl es eigentlich nicht groß was zu berichten gibt.  
Heute morgen habe ich den negativ-Rekord an Haaren auf dem Kissen gehabt. Genau eines.  
Hab Kissen und Matratze rauf und runter gesucht um ganz sicher zu gehen. Und Tatsache. Wenn ich die anderen Haare, die sonst so auf dem Kissen liegen, heute nacht im Schlaf nicht versehentlich aufgegessen habe, stellt dieser Fund - oder nicht Fund - den Gipfel des stetigen Prozesses dar, immer weniger Haare auf Kissen, im Kamm und Haarsieb zu finden. Soweit mal das positive.

Ein Foto bringt an der Stelle nichts. Mein Kopf sieht nach den paar Wochen natürlich aus wie vorher. Dass heißt, die Haare, die noch da waren, sind nicht weg und die Haare, die bereits weg waren, kommen auch nicht wieder (was schade ist). Nach jetzt insgesamt zwei Monaten bin ich geneigt, mich von dem Wunschdenken zu verabschieden, dass Haare per Entsäuerung wieder nachwachsen. Aber ein Halten des Status Norwood 1-2 reicht mir völlig aus. Vielleicht schaffe ich es, mit dieser Schoße solange durchzuhalten, bzw. fin rauszuzögern, bis die Haarmultiplikation serienreif ist.

Was ich allerdings noch nicht getan habe und zusätzlich ausprobieren will, ist eine Kopfhaut-Entschlackung. Finde da aber noch keine Produkte, die nicht nach Abzocke stinken. Hat da vielleicht jemand Tipps? In der Drogerie finde ich keine Basen-Shampoos und kein Osiose-Gel. Will nicht im Netz bestellen - war mal Kreditkartenopfer.

Andere positive Effekte seit beginn der "Therapie":  
-meine Speckschicht vor dem Bauch schwindet. Vielleicht schafe ichs dieses Jahr mal zur Standfigur  
-hab keine Pickel mehr auf dem Rücken, wo auch immer die dauernd herkamen.

Sorgen-negtives

-was wech ist ist wohl oder übelst wech.  
-hege die Sorge, dass ich mich überzinke (leicht bleierndes Gefühl auf den Lippen)

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [dani1993](#) on Thu, 31 Mar 2011 05:15:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hab mal ein Basen shampo aus der Apotheke gekauft, aber benütze es mittlerweile nicht mehr. Ich hab´s aus dem Grund nicht mehr zu Haarwäsche genommen, weil ich dadurch eine unglaubliche triockene Kopfhaut bekommen habe...

Musste mittlweile zu Olivenöl greifen, damit die Haut besser wird.

Würde auch gern was besseres haben

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Thu, 31 Mar 2011 07:56:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hab ich jetzt gestern tatsächlich häufiger ergoogelt, dass die Kopfhaut bei Basen-Shampoos austrocknet. Da sollte man vielleicht doch besser die Finger von lassen. Ich klapper am Wochenende die Apotheken mal nur nach Osmose-Gel anstelle dessen ab.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Minaxis\\_der\\_Barbar](#) on Thu, 31 Mar 2011 10:58:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dass Übersäuerung die Ursache von HA halte ich für Bullshit.  
Ich habe zwei gleichaltrige Cousins und einen Onkel und alle haben besseres Haar als ich obwohl sie eine weit ungesünderen Lebensstil pflegen. (schlechtes Essen, Alkohol usw.)

Alles eine Frage der Gene!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Thu, 31 Mar 2011 12:57:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Letzteres hat hier zumindest in diesem Thread doch niemand bestritten, oder hab ich da was überlesen?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 05 Apr 2011 22:34:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Minoxis\_der\_Barbar schrieb am Thu, 31 March 2011 12:58 Dass Übersäuerung die Ursache von HA halte ich für Bullshit.

Ich habe zwei gleichaltrige Cousins und einen Onkel und alle haben besseres Haar als ich obwohl sie eine weit ungesünderen Lebensstil pflegen. (schlechtes Essen, Alkohol usw.)

Alles eine Frage der Gene!  
Wie oft soll man es denn nun noch sagen?

NUR der Zusammenhang zwischen genetischer Veranlagung UND Übersäuerung führt zur AGA!  
Nicht nur eines von beiden.

Mit dem Rauchen ist es doch genauso.  
Mancher Kettenraucher kann 100 Jahre alt werden ohne Krebs davon zu bekommen. Weil er eben die Gene dazu hat.  
Ein anderer hat nie aktiv geraucht, sondern nur Passiv und bekommt mit 30 schon Lungenkrebs..

Außerdem spielen da meiner Meinung nach noch mehr Faktoren eine Rolle: Wer z.B. Schwermetallbelastet ist oder eine nicht intakte Darmflora hat (und damit auch ein schwaches Immunsystem), der wird schneller krank als Menschen mit starkem Immunsystem, die eben mehr wegstecken können.

Ich denke, dass an der Übersäuerungs-Theorie auf jeden Fall was dran ist. Ich selbst konnte meinen Haarausfall seit mittlerweile 7 Jahren schon damit stoppen! Nur nachgewachsen sind die verloren gegangenen Haare leider nie. Auch nicht mit Minox.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Thu, 14 Apr 2011 17:58:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nach 2,5 Monaten mal ein Kleines Update mit Foto.

Erstes Foto, vor ca. 1,5 Monaten

Foto darunter, heute.

Die roten Punkte hab ich gesetzt, damit man besser vergleichen kann, sie sind nämlich dort, wo ich Haare eindeutig wiedererkennen konnte. Hab das Gefühl, vorne ist es etwas lichter, hinten dafür dichter?

Drittes Bild rechte GH von weitem. Das "Loch" vorne geht mir richtig auf den Keks.

Von der linken GH (4ertes Bild) hab ich noch kein Vergleichsfoto. Fange damit jetzt auch an, zu vergleichen, obwohl da eigentlich nicht so viel los ist. Richtig Probleme/Sorgen hab ich irgendwie nur in der rechten GH.

Setzte jetzt übrigens jetzt auch mein Basenpulver ab. Der Hersteller empfiehlt, dass man das nach 2 Monaten machen soll. Mal schauen, ob sich der PH Wert vom Urin wieder verschlechtert,

oder obs soweit geklappt hat, dass ich mit der Ernährung auf eigenen PH-Beinen stehen kann.

## File Attachments

---

1) [GHs.jpg](#), downloaded 427 times

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Gast](#) on Fri, 15 Apr 2011 16:28:50 GMT

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

---

Misst, ich habe wohl den falschen Entschlackungsexperten vertraut

Kannst du mal bitte zusammenfassen, was du einnimmst? Welche Produkte, sprich auch mit Zutatenliste, wenn möglich?

Mir fallen derzeit auch nur ganz wenig Haare aus, weil ich einen DHT-Blocker verwende. Aber deine Produkte würde ich gerne hinzuziehen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Fri, 15 Apr 2011 20:46:09 GMT

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

---

Naja, so richtig empfehlen kann ich da noch nichts. Mein Loch an der Stirn wird ja doch immer lochiger.

Als Basenpulver hab ich n Stinknormales Pulver aus der Apotheke genommen. Basica instant. Ist ne Mische aus Citraten und den an anderer Stelle von anderen Usern verteufelten Carbonaten. Da ist halt der Standard drin, der wohl auch sonst überall drin ist. Also Von Calcium über Zink bis Magnesium.

<http://www.basica.de/de/produkte/basica-instant>

Das Basenbad weiss ich gar nicht mehr, von wem das war.

Dann noch für die Nieren, die spielen ja bei dem ganzen Zirkus so ne Art schlüsselrolle, Labkrauttee. Hatte ich in der Apotheke bestellt. Da muss man bei der Bestellung auf den Tee bestehen, weil die Apotheker wollen einem aus ihrem umfassenden Angebot aus Pharmaprodukten immer irgendwelche Pillen andrehen, die nichts bringen.

Im Übrigen messe ich den Produkten mehr Placeboeffekte zu, als echte Wirkung. Der größte Schritt ist hierbei sicherlich die umfassende und auch etwas komplizierte Ernährungsumstellung. Wenn du dazu nicht bereit bist und nicht auf deine morgentlichen 3 Tassen Kaffee und zum Mittag auf den Schweinebraten mit dicker Soße verzichten kannst, brauchst du das wohl gar nicht erst zu probieren.

Nächste Woche bestelle ich mir noch ein Osmose-Gel, nachdem ich in Apotheken nur fragende Gesichter geerntet habe und verweise auf Basenshampoos, die ich dann aber ablehne, nachdem

ich davon nur schlechtes gelesen habe. Überhaupt habe ich ein geeignetes Shampoo noch nicht gefunden.

Was für Produkte hattest du denn genommen und was hattest du ausprobiert? Wäre interessant zu erfahren und zu vergleichen. Ich bin zwar weiterhin höchst skeptisch, was die Wirkung angeht und ich kann längst noch nicht auf den Tisch hauen und rufen: "Das isse Leute! So löst man das HA-Problem!" Nicht, dass ich am Ende die Leute noch auf falsche Fährten locke. Aber ich zieh das weiter konsequent durch, solange ich das Gefühl habe, den HA damit etwas beikommen zu können. Fin will ich nicht nehmen und Regaine halte ich für pure Abzocke.

Du kannst ja mal das ausprobieren, was ich mache, erwarte aber nicht zu viel - ich tue es auch nicht.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Fri, 29 Apr 2011 08:04:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Anfang der Woche ist das Osmose-Gel eingetroffen und ich habs mir in die GHs geschmiert. Nach drei Anwendungen ist das befürchtete Austrocknen der Haut nicht eingetreten. Die Haut fühlt sich sogar erfrischt an. Nur demotivierend sind die eingetretenen Auswirkungen schon. In den GHs sind sämtliche kleinen Minihäärchen verschwunden, die in den letzten Monaten dicker und länger zu werden schienen. Die Haut in den GHs ist jetzt spiegeglatt. Zudem ist ein großer Teil der miniaturisierten Haare ausgefallen wodurch der Haaransatz jetzt lichter wirkt. So richtig motivierend, das Gel weiter zu nutzen, ist das nicht. Hab das Gefühl, ich hab mir sämtliche positiven Entwicklungen der letzten Monate in nur 3 Tagen zunichte gemacht.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Mon, 16 May 2011 18:49:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und wieder ist ein Monat um. Nachdem ich das Pulver abgesetzt hatte, dauerte es einige Zeit und der HA hatte sich verstärkt. Seitdem ich wieder Citrate einwerfe, gehts wieder zurück. Die Dosis ist aber nur noch 2/3 von der Anfangsdosis. Vielleicht klappt es also schrittweise mit immer kleineren Dosierungen, die Mineralien abzusetzen, anstatt den Radiacut von heute auf morgen. Ein Osmosegel für die GHs benutze ich einmal die Woche, nachdem ich anfangs den Fehler gemacht habe und es täglich reingeschmiert habe. Die negativen NWs wie beim Basen-shampoo (trockene Kopfhaut und Schuppen) konnte ich bisher nicht feststellen.

Zum Abschluss noch zwei Bilder vergleichsbilder. Links am Anfang der Therapie, rechts heute. Zum besseren Größenvergleich habe ich die gleichen Areale umrandet.

---

#### File Attachments

1) [rechtsneu.jpg](#), downloaded 306 times

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Mon, 16 May 2011 18:52:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Und anschliessend noch der heutige Output des Haarsiebes in der Dusche nach recht intensiver Haarwäsche und rücksichtslosen Trockenrubbeln. Es sind genau 25 Haare (hab nachgezählt) Ich würde das mir Mut machend als "relativ normal" bezeichnen.

#### File Attachments

1) [dusche.jpg](#), downloaded 239 times

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Minoxis\\_der\\_Barbar](#) on Mon, 16 May 2011 22:22:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar31 schrieb am Fri, 11 July 2008 22:11Hey,  
was sagt ihr zu der theorie durch die entsäuerung des körpers den haarwuchs zu fördern???

macht das sinn? ist es ein versuch wert?

worauf sollte man achten??

würde mir sonst wohl wirklich mal ein paar baseprodukte bestellen...

Dass Übersäuerung die Hauptursache von Haarausfall ist, halte ich für Blödsinn. Ich kenne genug Beispiele die zeigen, dass dem nicht so ist!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Tue, 17 May 2011 12:41:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wird hier auch nicht behauptet.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Deews](#) on Wed, 18 May 2011 23:04:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

servus erstmal bin neu hier und das heißt wohl ich stehe nun zu meinem haarausfall....morgen das erste mal hautarzttermin, schon angst vor der diagnose naja man macht sich so seine gedanken bei der angst vor ner glatze und ich bin auch darauf gestosen und habe relativ viel hoffnung da drinn, habe bis vor 6 wochen stark geraucht und bis vor 4 tagen auch relativ viel getrunken da ich in ner bar arbeitem, sehr wenig wasser getrunken und nur etwas auf mkeine ernährung geachtet aber obst und gempse war fast nie dabei naja dann klang das ganz

plausibel jetzt seit 4 tagen ernähre ich mich komplett basisch also zu etwa 95% würde ich sagen und das will ich so auch die woche noch durchziehen und dann auf das 80-20% ding umsteigen mal schauen ich denke schaden kanns nicht.

mal schauen ich melde mich und erstatte bericht

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [gretchen](#) on Mon, 23 May 2011 17:16:01 GMT

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

---

@ norwood: darf ich mal fragen, welche kolloidalen mineralien du nimmst? bzw kannst du mir das präparat nennen? DANKE

bisher will ichs mit biacanorm versuchen, die lösen sich erst im dünndarm. alles andere macht mir auf dauer bauchweh.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Mon, 23 May 2011 18:02:23 GMT

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

---

95% Basisch schaff ich nicht. Auch 80% ist schon schwer einzuhalten. Ich würde an deiner Stelle mit Mineralien (keine Carbonate) aushelfen. Die Kombination funktioniert bei mir immoment scheinbar recht gut.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [gretchen](#) on Tue, 24 May 2011 06:42:41 GMT

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

---

Zitat:Ich würde an deiner Stelle mit Mineralien (keine Carbonate) aushelfen

sind damit "..citrate" gemeint?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Tue, 24 May 2011 09:37:22 GMT

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

---

Ich nehme Citrate. Chelate habe ich noch nicht probiert. Bei carbonaten hab ich die Erfahrung gemacht, dass morgens kurz nach der Einnahme der Urin viel zu schnell und viel zu basisch war. Der Teststreifen erreichte blauwerte jenseits der abgedruckten Skala. Ohne, dass ich vorher noch großartig was getrunken hätte. Natürlich würde man da denken. "Hey cool, basisch! Und so schnell!". Aber meine Interpretation ist eher, dass die Carbonate sofort wieder, ohne großartig Säuren und Schlacke gebunden zu haben, ausgeschieden werden - also praktisch ein Tropfen auf dem heissen Stein sind.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [gretchen](#) on Tue, 24 May 2011 10:41:25 GMT

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

---

glaub ich auch. citrate werden ja generell besser resorbiert.  
bloß.....sind das "kolloidale" mineralien?

kolloid ist ja per def. eine lösung, die licht in seiner wellenlänge dreht...(z.b. links und rechtsdrehende milchräure usw..) weiß jemand, welche mineralien norwood2008 nimmt?

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 26 May 2011 20:48:36 GMT

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

---

gretchen schrieb am Tue, 24 May 2011 12:41glaub ich auch. citrate werden ja generell besser resorbiert.

bloß.....sind das "kolloidale" mineralien?

kolloid ist ja per def. eine lösung, die licht in seiner wellenlänge dreht...(z.b. links und rechtsdrehende milchräure usw..) weiß jemand, welche mineralien norwood2008 nimmt?

Ich nehme von [www.nutrioshop.com](http://www.nutrioshop.com):

- Full spectrum minerals mit Eisen, 2-5 Tabs pro Tag
- Alive Multivitamin 1 Tablette am Tag

aus der Apotheke:

- jeden Tag 1 Esslöffel Silizumgel (Sikapur)
- "Kalium verla" jeden Tag 2 Pülverchen (das ist Kaliumcitrat).

Nur Kalium kann auch das Zell-innere entsäuern. Deshalb ist dieser Mineralstoff so wichtig.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [gretchen](#) on Fri, 27 May 2011 10:51:39 GMT

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

---

vielen dank!

dann bleib ich bei meiner kombi, entspricht dem. kalium versuch ich auch zum entwässern zu nehmen.....mal sehen.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Wed, 01 Jun 2011 09:24:21 GMT

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

---

Da grade über Kalium gesprochen wurde, sollte vielleicht noch ein Bockschuss aufgeklärt werden, der den Naturheilern immer wieder unterläuft und gerade zu aggressiv allen Zweiflern und Skeptikern um die Ohren geschlagen wird.

Kalium ist für die Entsäuerung unabdingbar, das ist richtig und das wissen auch die Naturheiler (bzw. sie wissen es eigentlich gar nicht, sie haben es irgendwann mal bei der von ihnen gehassten Schulmedizin gelesen und weils so toll in ihre Theorie passte abgeschrieben) Kalium findet sich zum Beispiel in Kartoffeln und Champignons. Das freut die Naturheiler, denn schließlich haben sie irgendwo anders mal gelesen und abgeschrieben, dass diese Lebensmittel basisch sind.

Doch - oh schreck- Vollkornprodukte schwimmen geradezu in Kalium. Wer jetzt haber zum Naturheiler geht und sich nach Vollkornprodukten erkundigt, der wird plötzlich einen drohenden Zeigefinder vor seiner Nase schweben sehen und einem Spruch gekommen wie: "Glauben sie ja nicht, dass Vollkorn gut für Sie ist! Glauben Sie das ja nicht!"

Am Beispiel Brot trennt sich bei den Naturheilern buchstäblich die Spreu vom (Kalium)Weizen. Sollte man mal an einen Naturheiler geraten, der konsequent von allen Brotsorten abrät, dann braucht man diesen "Heiler" In Zukunft nicht weiter aufzusuchen. Der Bockschuss entstammt den Urin-Ph-Proben, die allesamt ohnehin mit vorsicht zu geniessen sind. Wenn ich zum Beispiel viel Essner Brot gegessen habe, welches wiederum von diversen Quellen als "basisch" ausgegeben wird, ist mein Urin, wenn ich keine zusätzlichen Präparate nehme, sauer. Und zwar saurer, als wenn ich Käse(ganz böse säuernd) essen würde.

Wie ist so ein Urinwert dann also zu interpretieren? Ist Essner Brot jetzt doch säurebildend, oder hat das Kalium die Säure aus den Zellen gen Blase befördert? Bei "normalen" Vollkornprodukten stelle ich so ziehmlich genau das gleiche Phänomän fest.

Hier zeigt sich sowohl die eklatante Schwäche bei Interpretationen aus Urintests, denn umgekehrt kann es bedeuten, dass jemand mit basischen Urin in wirklichkeit brachialst übersäuert ist. Gleichzeitig zeigen sich hier die Schwächen vieler Naturheiler, die ohne Ahnung vom Fach aus diversen Quellen abschreiben und wie schon beinahe ein Verschwörungstheoretiker nur die Passagen in die eigene Theorie aufnehmen, die sich mit dem eigenem Weltbild decken - unangenehme Fakten werden dann einfach mal ignoriert. Schlimm wird es dann, wenn aus Fehlinterpretationen und falscher Überzeugung Empfehlungen an ahnungslose Horden abgegeben werden, die sich in ihrer Naivität schnell und auch ohne Widerstand überzeugen lassen.

Meine Überzeugung ist es inzwischen, dass es sicherlich minderwertiges Massenproduktionsbrot gibt, das man meiden sollte - zb. diese unglaublich pappigen Baguettes und Brötchen beim Penny. Aber ein richtiges Bio-vollkornbrot wirkt sich meiner Meinung nach auf Grund des Kaliums nicht neaktiv auf den Säure-Basen Haushalt aus.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 01 Jun 2011 21:37:56 GMT

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

---

Backe Backe Kuchen schrieb am Wed, 01 June 2011 11:24 Da grade über Kalium gesprochen wurde, sollte vielleicht noch ein Bockschuss aufgeklärt werden, der den Naturheilern immer wieder unterläuft und gerade zu aggressiv allen Zweiflern und Skeptikern um die Ohren geschlagen wird.

Kalium ist für die Entsäuerung unabdingbar, das ist richtig und das wissen auch die Naturheiler (bzw. sie wissen es eigentlich gar nicht, sie haben es irgendwann mal bei der von

ihnen gehassten Schulmedizin gelesen und weils so toll in ihre Theorie passte abgeschrieben) Kalium findet sich zum Beispiel in Kartoffeln und Champignons. Das freut die Naturheiler, denn schließlich haben sie irgendwo anders mal gelesen und abgeschrieben, dass diese Lebensmittel basisch sind.

Doch - oh schreck- Vollkornprodukte schwimmen geradezu in Kalium. Wer jetzt haber zum Naturheiler geht und sich nach Vollkornprodukten erkundigt, der wird plötzlich einen drohenden Zeigefinder vor seiner Nase schweben sehen und einem Spruch gekommen wie: "Glauben sie ja nicht, dass Vollkorn gut für Sie ist! Glauben Sie das ja nicht!"

Am Beispiel Brot trennt sich bei den Naturheilern buchstäblich die Spreu vom (Kalium)Weizen. Sollte man mal an einen Naturheiler geraten, der konsequent von allen Brotsorten abrät, dann braucht man diesen "Heiler" In Zukunft nicht weiter aufzusuchen. Der Bockschuss entstammt den Urin-Ph-Proben, die allesamt ohnehin mit vorsicht zu geniessen sind. Wenn ich zum Beispiel viel Essener Brot gegessen habe, welches wiederum von diversen Quellen als "basisch" ausgegeben wird, ist mein Urin, wenn ich keine zusätzlichen Präparate nehme, sauer. Und zwar saurer, als wenn ich Käse(ganz böse säuernd) essen würde.

Wie ist so ein Urinwert dann also zu interpretieren? Ist Essener Brot jetzt doch säurebildend, oder hat das Kalium die Säure aus den Zellen gen Blase befördert? Bei "normalen" Vollkornprodukten stelle ich so ziehmlich genau das gleiche Phänomän fest.

Hier zeigt sich sowohl die eklatante Schwäche bei Interpretationen aus Urintests, denn umgekehrt kann es bedeuten, dass jemand mit basischen Urin in wirklichkeit brachialst übersäuert ist. Gleichzeitig zeigen sich hier die Schwächen vieler Naturheiler, die ohne Ahnung vom Fach aus diversen Quellen abschreiben und wie schon beinahe ein Verschwörungstheoretiker nur die Passagen in die eigene Theorie aufnehmen, die sich mit dem eigenem Weltbild decken - unangenehme Fakten werden dann einfach mal ignoriert. Schlimm wird es dann, wenn aus Fehlinterpretationen und falscher Überzeugung Empfehlungen an ahnungslose Horden abgegeben werden, die sich in ihrer Naivität schnell und auch ohne Widerstand überzeugen lassen.

Meine Überzeugung ist es inzwischen, dass es sicherlich minderwertiges Massenproduktionsbrot gibt, das man meiden sollte - zb. diese unglaublich pappigen Baguettes und Brötchen beim Penny. Aber ein richtiges Bio-vollkornbrot wirkt sich meiner Meinung nach auf Grund des Kaliums nicht neaktiv auf den Säure-Basen Haushalt aus.

Es ist eine Unverschämtheit, wie Du hier alle Naturheiler über einen Kamm scherst und durch den Dreck ziehst!

Scharlatane gibt es überall, auch und gerade unter den Ärzten!

Im übrigen geben Ärzte auch nur das wider, was Sie auf der Uni gelernt bzw. diktiert bekommen haben.

Und denk mal an die Spinat-Lüge: Dass mit dem vielen Eisen wurde von den Schulmedizinern über Jahrzehnte abgeschrieben, sicher nicht von den Naturheilern!

Im übrigen weiß ein gut ausgebildeter Naturheiler sehr wohl die PH-Werte des Urins richtig zu interpretieren.

Nicht umsonst wird der Urin 3 Tage lang gemessen!

Laien wie Du hingegen pinkeln 1x drauf und meinen sich damit schon ein Urteil erlauben zu können.

Dass Vollkornprodukte den Organismus ENTsäuern ist bekannt. Und damit ist es auch logisch, dass der Urin sauer wird.

Jedoch ist das nur von kurzer Dauer.

Als ich z.B. mit hoch dosiertem Kalium-Citrat angefangen habe, bekam ich sofort eingerissene Haut auf meinen Fingern!

Die Säuren kamen aus den Zellen heraus in das extrazelluläre Gewebe. Deshalb die rissige Haut.

Nach ein paar Wochen war das aber verschwunden. Heute schauen meine Finger so gut aus wie nie zuvor!

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Thu, 02 Jun 2011 13:29:50 GMT

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

Ich schere nicht Naturheiler als Scharlatane über einen Kamm (ansonsten würde ich diesen Methode wohl kaum selber ausprobieren )sondern den hohen Anteil an Scharlatanen und mangelhaft ausgebildeten Vertretern, die in diesem Gewerbe letzten Endes nun mal doch unterwegs sind - insbesondere im Web, die nach dem angesprochenen und von mir kritisierten Prinzip an Informationen gelangt sind und diese auch so weiter reichen und dabei ein fast schon aggressives Heer an Gefolgschaft nach sich ziehen. Eine Gefolgschaft, die mit Kehlkopfkrebs nicht ins Krankenhaus geht, sondern glaubt, mit dem Verzehr von Schwarzkümmel wieder gesund zu werden.

Diese ganzen Trittbrettfahrer, stellen für die Naturheilkunde insofern ein nicht unerhebliches Problem dar, weil sie Glaubwürdigkeit untergraben und das ganze Feld sogar ein wenig ins lächerliche ziehen. Deshalb dürfte auch dir letzten Endes an der Klarstellung gelegen sein, woran man einen Scharlatan/Trittbrettfahrer erkennen kann, um sie zu meiden und dadurch aus dem Verkehr zu ziehen. Ein Anhaltspunkt ist die Sache mit dem Vollkorn und dem entsäuernden Kalium im Gegensatz zur Pauschal-Verteufelung von Brot.

Also kein Grund gleich so aggro zu werden.

Und vergiss bei deinem Hass auf die Schulmediziner am Ende bitte nicht, dass diese eine etwas andere Ausbildung und Zulassungsprüfung haben, als ein Heilpraktiker, für dessen Zulassung ein Hauptschulabschluss und ein Multiple-Choice-Test, bei dem 45 von 60 Fragen richtig beantwortet werden müssen, sowie eine kurze mündliche Prüfung vollkommen ausreichend sind, um sich als Heilpraktiker unter das Volk mischen zu dürfen.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [nepomuk](#) on Sat, 11 Jun 2011 19:30:57 GMT

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

Alles Getreide ist schwach säurebildend, Mehl stärker als Vollgetreide, Weizen mehr als Hirse oder Reis. Darum immer etwas Gemüse dazu.

Aber das ganze Säure/Basen-Thema ist hochkomplex und nicht so einfach zu durchschauen. Es

genügt aber, die stärksten Säurebildner wegzulassen (alles Tierische, inkl. Milch, Eier, Käse, etc. und Einfachzucker).

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Minoxis\\_der\\_Barbar](#) on Sun, 12 Jun 2011 14:38:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Anstatt teure Basenprodukte zu kaufen kann man auch einfach Mineralwasser trinken.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Art\\_Vandelay](#) on Tue, 14 Jun 2011 15:48:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Prickelnd oder stilles?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [sh4d0w](#) on Sat, 18 Jun 2011 14:37:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[zentrum-der-gesundheit.de/erblich-bedingter-haarausfall.html](http://zentrum-der-gesundheit.de/erblich-bedingter-haarausfall.html)

kann einer von euch scharlatanen-entdecker sagen ob dies hier seriös ist?  
klingt meiner meinung nach so..

ein paar andere fragen:

1. haben basen shampoos nur wegen des austrocknen der kopfhaut solch einen schlechten ruf?
  2. wirken eigentlich stoffe wie OPC gegen geheimratsecken ?
  3. kann mir bitte jemand ein gutes mineralstoff produkt auf amazon empfehlen?
- 

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Sat, 18 Jun 2011 20:51:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Art\_Vandelay schrieb am Tue, 14 June 2011 17:48Prickelnd oder stilles?

Stilles. Und kein 19Cent wasser vom Lidel. (zum Vergleich. 19Cent wasser Lidel :Magnesium pro

---

Liter: 2,5mg. Gerolsteiner naturell: 49mg)

Aber wenn du statt Basen-Nahrungsergänzung Wasser konsumieren willst, muss du schon einen Wahnsinns-Durst haben. z.B. beträgt der Kaliumbedarf eines erwachsenen 2g pro tag. Gerolsteiner schlägt hier zum Beispiel mit 3 mg zu buche. Auch um dein Magnesiumbedarf in gleicher Weise wie ein Basenprodukt zu unterstützen müsstest du z.B. 6 Liter Vittel oder 4,5 Liter Gerolsteiner trinken. Zudem fehlen im Mineralwasser viele Mineralien aus einem Basenprodukt. Ich hab noch kein Wasser gefunden, dass geldbeutelchonend das Basenprodukt in wenigstens einigen Belangen ersetzen kann.

@sh4d0w

Ich halte die angegebene Seite für unseriös. Nicht die Theorien an sich, sondern die Ausschlichtung für Verkaufszwecke. Zum Beispiel wird dort auf die Leserfrage "Habe ich das richtig verstanden. Jeder kann seine Haare wiederhaben, wenn er vernünftig lebt und die richtigen Produkte nimmt?" wie folgt geantwortet.  
"So ist es bei über 90% aller Betroffenen"

Es folgt auf diese Behauptung keine Beweisführung, keine Referenz oder kein Link zu einer Studie, die diese Aussage stützen könnten.

"Die richtigen Produkte" nach denen der Leser fragt, bietet das Z.d.G. natürlich im Hauseigenen Webschop an. Für viel Geld...

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Legende](#) on Sat, 18 Jun 2011 23:41:17 GMT

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

---

Minoxis\_der\_Barbar schrieb am Sun, 12 June 2011 16:38 Anstatt teure Basenprodukte zu kaufen kann man auch einfach Mineralwasser trinken.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Sun, 19 Jun 2011 18:18:27 GMT

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

---

Naja, dann mal guten Durst

Ich mach noch mal n Vergleichsbild.

links anfang märz, rechts heute. Werde erstmal keine Monatsupdates machen, weil ich finde, dass es nichts zu sehen gibt. Leider nicht positiv aber Gott sei Dank auch nicht negativ. Kann inzwischen ganz entspannt das Haarsieb in der Dusche ausleeren und denke im Bett nicht mehr verzweifelt bis spät in die Nacht an Norwood-Skalen. In ein paar Monaten mach ich dann vielleicht wieder ein Update.

## File Attachments

1) [rechtsneu2.jpg](#), downloaded 231 times

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 22 Jun 2011 11:17:51 GMT

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

---

Minoxis\_der\_Barbar schrieb am Sun, 12 June 2011 16:38 Anstatt teure Basenprodukte zu kaufen kann man auch einfach Mineralwasser trinken.

Leider nein. Denn Mineralien wirken nur, wenn sie organisch sind. Das bedeutet sie müssen durch Pflanzen verstoffwechselt worden sein. Die Mineralien im Leitungs- oder Mineralwasser sind aber anorganisch. Sie kommen von Steinen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 22 Jun 2011 11:28:41 GMT

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

---

1.) Das ist nicht richtig. Die schriftliche Heilpraktiker-Prüfung besteht aus 450 Fragen. Diese können nur beantwortet werden, wenn dem eine sehr gute Ausbildung vorausgegangen ist.

2.) Nur weil Ärzte zeitlich länger studiert haben, bedeutet das nicht auch gleichzeitig, dass sie deshalb besser heilen könnten. Ganz im Gegenteil. Ich lese ständig z.B. im Akne-Forum, dass die Leute von ihrem Hautarzt Salben gegen ihre Akne verschrieben bekommen die die Haut nur noch verschlimmern.

Denn TROTZ der 6jährigen Ausbildung der Ärzte, wissen Ärzte bis heute nicht die Ursache der Akne!

Ja, das muss man sich mal vorstellen! Confused

Und mit allen anderen Krankheiten schauts genauso aus.

Für Heilpraktiker hingegen ist das Kurieren von Akne ein Kinderspiel.

3.) Der Unterschied zwischen Arzt und Heilpraktiker: Ärzte können nur das wiedergeben, was sie im Medizinstudium selbst beigebracht bekommen haben. Also 100% reines Standard-Wissen. Heilpraktiker hingegen lernen nur die Hälfte dieses Standard-Wissens- aber danach beschäftigen sie sich mit Ursachenforschung, ganzheitlich orientierten Ansätzen, lesen viele Bücher, bilden sich ständig weiter u.s.w.

Heilpraktiker haben demnach also das Insider-Wissen und Ärzte das Standard-Wissen.

Zudem wird die Ärzteschaft ständig durch Korruption durch die Pharma-Mafia bedroht.

Erst neulich kam im ZDF eine Reportage, wo sie gezeigt haben dass Oberärzte und Klinik-Leiter mit 50.000 Euro bestochen wurden, ihren Krebspatienten völlig wirkungslose Mittel zu verschreiben. Nur damit sie ordentlich Geld mit wirkungslosen Medikamenten verdienen können. Nur so viel zur Seriosität der allzeit geliebten Schulmedizin!

Es ist eben nicht alles Gold was glänzt.

Trotzdem hat natürlich die Schulmedizin hier und da auch ihre Berechtigung.

Im Krankheitsfall sollte man aber immer mehrere Meinungen einholen- sowohl von Ärzten, als

---

auch von Heilpraktikern.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Wed, 22 Jun 2011 12:31:17 GMT

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

---

1: Falsch: Die staatliche Zulassungsprüfung zum Heilpraktiker umfasst 60-80 Multiple-Choice Fragen(differiert nach Bundesländern). Wenn dort 75% richtig beantwortet werden (also 45) wird man zur mündlichen Prüfung eingeladen. Auf welche Prüfung du dich beziehst, weiss ich nicht. Bitte spezifizieren. Solltest du recht haben, werde ich den Punkt natürlich korriegieren.

Zu 2 sag ich mal nicht viel. hatte nie Akne, bin daher nicht gut im Thema. Außerdem muss es nicht "confusen" wenn die Ursache von Akne nicht herausgefunden wurde. Es wurde so einiges noch nicht herausgefunden. Wenn ich jetzt allerdings durch Akneforem schaue, wird deine Behauptung, Heilpraktiker würden Akne kinderleicht heilen, nicht bestätigt. Eher im Gegenteil, ich lese häufig von Verschlechterungen nach Besuchen beim Heilpraktiker. Das mag an dem bereits hier angesprochenen Umstand liegen, dass Heilpraktiker nicht gleich Heilpraktiker ist. Genauso wenig wie Hautarzt gleich Hautarzt ist ...

3: Hast du studiert oder mal ne Uni von innen gesehen? Du wirkst ein wenig weltfremd über das Prozedere und den Ablauf eines Studiums und wie dort Inhalte vermittelt und andererseits selbstständig erarbeitet werden. Universitäten, egal welche Studienrichtung, melden so manches Patent an, weil sie einen wichtigen Faktor in Forschung und Entwicklung darstellen. Es wird nicht nur "abgeschrieben und auswendig gelernt" wie du es offenbar glaubst. Übrigens sind permanente Weiterbildungen unter den von dir gehassten Schulmedizinern Usus. Heilpraktiker und Schulmedizinerwissen mit Insiderwissen und Standardwissen ist nach deiner eigenen Art der Definition und Herleitungsweise also ebenso absolut nicht zutreffend. Bestechung durch eine Lobby ist kein Patent des Ärztetums. Würden Heilpraktiker die Möglichkeit haben, Medikamente wie ein Schulmediziner zu verschreiben, würde die Lobby sie ebenfalls unter Feuer nehmen und es würden genau so viele Heilpraktiker die Hand aufhalten wie Schulmediziner. Bestechung zielt primär auf den Faktor Mensch ab.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 22 Jun 2011 19:18:31 GMT

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

---

Backe Backe Kuchen schrieb am Wed, 22 June 2011 14:31:11: Falsch: Die staatliche Zulassungsprüfung zum Heilpraktiker umfasst 60-80 Multiple-Choice Fragen(differiert nach Bundesländern). Wenn dort 75% richtig beantwortet werden (also 45) wird man zur mündlichen Prüfung eingeladen. Auf welche Prüfung du dich beziehst, weiss ich nicht. Bitte spezifizieren. Solltest du recht haben, werde ich den Punkt natürlich korriegieren.

Zu 2 sag ich mal nicht viel. hatte nie Akne, bin daher nicht gut im Thema. Außerdem muss es nicht "confusen" wenn die Ursache von Akne nicht herausgefunden wurde. Es wurde so einiges noch nicht herausgefunden. Wenn ich jetzt allerdings durch Akneforem schaue, wird deine

Behauptung, Heilpraktiker würden Akne kinderleicht heilen, nicht bestätigt. Eher im Gegenteil, ich lese häufig von Verschlechterungen nach Besuchen beim Heilpraktiker. Das mag an dem bereits hier angesprochenen Umstand liegen, dass Heilpraktiker nicht gleich Heilpraktiker ist. Genauso wenig wie Hautarzt gleich Hautarzt ist ...

3: Hast du studiert oder mal ne Uni von innen gesehen? Du wirkst ein wenig weltfremd über das Prozedere und den Ablauf eines Studiums und wie dort Inhalte vermittelt und andererseits selbstständig erarbeitet werden. Universitäten, egal welche Studienrichtung, melden so manches Patent an, weil sie einen wichtigen Faktor in Forschung und Entwicklung darstellen. Es wird nicht nur "abgeschrieben und auswendig gelernt" wie du es offenbar glaubst. Übrigens sind permanente Weiterbildungen unter den von dir gehassten Schulmedizinern Usus. Heilpraktiker und Schulmedizinwissen mit Insiderwissen und Standardwissen ist nach deiner eigenen Art der Definition und Herleitungsweise also ebenso absolut nicht zutreffend. Bestechung durch eine Lobby ist kein Patent des Ärztetums. Würden Heilpraktiker die Möglichkeit haben, Medikamente wie ein Schulmediziner zu verschreiben, würde die Lobby sie ebenfalls unter Feuer nehmen und es würden genau so viele Heilpraktiker die Hand aufhalten wie Schulmediziner. Bestechung zielt primär auf den Faktor Mensch ab.

Keine Ahnung wie Du auf 60-80 Fragen kommst..?

Alle Heilpraktiker die ich gefragt habe, haben gesagt ihre Prüfung bestand aus 450 Fragen. Und die Heilpraktiker selbst werden es wohl am besten wissen!

Ich habe ja nichts gegen Ärzte. In einigen Dingen sind sie ja wirklich kompetent, z.B. wenn sich mal jemand das Bein gebrochen hat.

Aber auch Ärzte sind nicht der Wahrheits letzter Schluss, genauso wie Heilpraktiker nicht der Wahrheit letzter Schluss ist.

Beide Berufe haben ihre Berechtigung!

Was ich nur nicht mag ist, dass der Beruf des Heilpraktikers ständig durch den Dreck gezogen wird, nur weil Heilpraktiker nicht so lange studiert haben wie Ärzte.

Schau mal, in jedem Naturvolk gibt es sogenannte Medizinmänner und Schamane. Keiner von denen hat Medizin studiert oder eine Uni von innen gesehen. Trotzdem wissen diese Menschen ganz genau wie man heilt. Ihre Kompetenz wird durch Ärzte, die jahrelang studiert haben, sogar sehr oft übertroffen!

Ich habe im Internet schon Erfahrungsberichte gelesen, wo Patienten zu 8 verschiedenen Ärzten gehen mussten, nur um eine vernünftige Diagnose zu erhalten.

Nur weil Ärzte länger studiert haben, bedeutet es eben nicht gleich, dass die deshalb kompetenter wären.

Sie haben einfach nur eine andere Sichtweise auf Krankheiten als Heilpraktiker.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Thu, 23 Jun 2011 10:37:59 GMT

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

---

Schamane heilen auch gerne mal einen Menschen von einem Tumor, indem sie eine Hühnerleber in ihrer Hand verstecken, dem Patienten diese Hand auf dem Bauch legen und der

Tumor liegt wie von Zauberhand in ihrer Hand. Hab ich alles schon selbst gesehen. Da giebt es auch wiederum diese wie diese

Meine Info- 60-80 Fragen in der Prüfung, beziehe ich vom zuständigen Ministerium oder direkt bei diversen Anbietern zur Vorbereitung auf den Test.

z.B. hier [http://www.heilpraktikerausbildung.de/Heilpraktikerpruefung\\_14\\_0.html](http://www.heilpraktikerausbildung.de/Heilpraktikerpruefung_14_0.html)

Alle Quellen, von Wikipedia, Bundes-Ministerien, Landes-Ministerien und Ausbildungsanbieter sprechen von 60 Fragen in der Prüfung (einige von 80, das hängt vom Bundesland ab).

Die 420-450 Fragen (differiert ebenfalls nach Bundesland) entstehen meiner Meinung aus einer simplen Rechnung, wenn man den Test salopp gesagt mit den Führerscheintest vergleicht. Der fragt nämlich nicht alles ab, was im Katalog zu lernen ist, sondern einen Satz repräsentativer Fragen aus verschiedenen Kategorien. Die staatliche Prüfung zur Zulassung selber besteht aus 60 Multiple Choice Fragen.

Im übrigen verstehst du mich permanent falsch, weil du dich scheinbar sofort persönlich angegriffen fühlst, wenn deiner Meinung widersprochen wird. Mir geht es nicht darum, irgendwen durch den Dreck zu ziehen. Da ich mich ja grade selber in Theorien der Heilpraxis begeben, versuche ich die Dinge nur realistisch einzuschätzen. Mir fällt nunmal auf, dass die Aussagen der Heilpraktiker zum Teil stark voneinander differieren. Als Beispiel hatte ich Vollkorn angeführt, dass bei einigen Heilpraktikern ein pauschales "Finger weg"-Prädikat bekommt, aber bei einigen anderen, "Ja-bedenkenlos -wenn" - darüber hinaus gibt es noch mehrere Streitpunkte die unklar sind. Überhaupt sind auch die Listen über basische und saure Lebensmittel ein völliges Durcheinander. Wenn man dann in diesem Kauderwelsch nicht plötzlich diverse Euronen in den Sand setzen will (man siehe die horrenden Preise im Webshop vom "Zentrum der Gesundheit") muss man abwägen, welchen Aussagen man die beste Wahrscheinlichkeit auf Akkuratheit einräumen will. Darum ist es nicht verkehrt, sich mit der Ausbildung des Heilpraktikers zu beschäftigen und, wenn man einen Mangel zu erkennen glaubt, ziehe ich dann Erkenntnisse aus der Schulmedizin hinzu, denn idealerweise überschneidet sich diese mit der Heilpraxis. Das ist übrigens recht häufig der Fall.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 24 Jun 2011 22:29:09 GMT

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

---

Also ich habe was von 450 Fragen gelesen...

Aber selbst wenn das mit den 60-80 Fragen tatsächlich stimmen sollte, so macht das die Sache keinesfalls leichter!

Es kommt ja nicht auf die Anzahl der Fragen drauf an, sondern darauf dass diese alle auch richtig beantwortet werden, zumindest zu 75%.

Und das sind alles Fragen aus den verschiedensten Gebieten. Daher lassen sich die Fragen auch erst dann richtig beantworten, wenn man zuvor ordentlich studiert hat.

Ein einfaches auswendig lernen reicht nicht aus, da die Fragen die dran kommen, vorher nicht bekannt gegeben werden und auch bei jeder Überprüfung andere Fragen dran kommen.

Im übrigen ist die Prüfung zum Heilpraktiker lediglich dazu gedacht, dass der angehende Heilpraktiker so viel medizinisches Wissen hat, dass er keine Gefahr für die Menschheit darstellt.

Es ist ein halbes Medizinstudium.

Nach erfolgreich bestandener Prüfung ist man also keine Gefahr für die Menschheit. Nicht mehr und nicht weniger!

Um auch erfolgreich heilen zu können, bedarf es natürlich einiges mehr. Dazu reicht das schulmedizinische 0815-Wissen leider nicht aus- sonst könnte der Patient ja auch gleich zum Arzt gehen. Der darf ja wenigstens noch Medikamente verschreiben.

Also die Kompetenz eines Heilpraktikers kommt nicht durch die Prüfung, sondern aus verschiedensten Quellen (Erfahrungen von anderen HPs, Bücher, Seminare u.s.w.)

Und so kommt es natürlich, dass Heilpraktiker A ein Top-Heiler ist und Heilpraktiker B hat nichts auf dem Kasten und ist nicht mehr wie keine Gefahr für die Volksgesundheit.

Daher ist Heilpraktiker nicht gleich Heilpraktiker!

Und genau das macht den Beruf ja auch so gut.

Eben dass es KEIN Beruf ist, wo es um Standardwissen geht, was jeder kann.

Bei den Ärzten ist es z.B. egal ob Du zu Dr. Hein Blöd oder zu Dr. Duliddle gehst. Jeder hat das selbe auf der Uni gelernt und gibt das selbe den Patienten wider.

Heilpraktiker hingegen sind HeilKÜNSTLER.

Jeder arbeitet anders. Und das macht das ganze so interessant.

Im übrigen ist die HP-Ausbildung alles andere als leicht. Keine Ahnung wie man sowas mit einer Führerscheinprüfung vergleichen kann...

Zitat:Die Durchfallquoten bei der Heilpraktikerprüfung sind meist recht hoch. Dies liegt zum einen daran, dass die Hürden für diesen Heilberuf hoch sein müssen. Denn - nur durch qualitativ hochwertige Behandlungsmethoden und seriöse Therapeuten kann die Anerkennung in der Gesellschaft weiter verbessert werden. Zum anderen wird die Heilpraktikerprüfung immer noch gerne unterschätzt. Von den meisten Heilpraktikerschulen werden in der Regel spezielle Vorbereitungskurse angeboten. Tipp: Planen Sie genügend Zeit für Ihre Prüfungsvorbereitung ein!

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Sat, 25 Jun 2011 07:43:10 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sat, 25 June 2011 00:29

Bei den Ärzten ist es z.B. egal ob Du zu Dr. Hein Blöd oder zu Dr. Duliddle gehst. Jeder hat das selbe auf der Uni gelernt und gibt das selbe den Patienten wider.

Du machst es dir in dem Punkt weiterhin zu einfach. Auch unter Ärzten werden verschiedene Therapieansätze ausdiskutiert. Zudem ignorierst du weiter den Aspekt der stetigen Fortbildung und die daraus unterschiedliche Qualifikation der Ärzte. Es wird nicht das zwanghaft wie in einem starren Korsett immer das Gleiche an den Patienten weitergeben.

Zitat:

Im übrigen ist die HP-Ausbildung alles andere als leicht. Keine Ahnung wie man sowas mit einer Führerscheinprüfung vergleichen kann...

Ich hab auch nicht Lehrinhalte und Schwierigkeitsgrad verglichen, sondern wie man auf die Zahl von 60 Fragen in einer Prüfung kommt, wenn aber 420 Fragen auswendig gelernt werden müssen. Beim Führerschein musst du auch mehr lernen, als am Ende in der Prüfung wirklich abgefragt wird.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [FearlessVampireKiller](#) on Tue, 28 Jun 2011 21:08:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

aber meiner ist größer, nee meiner ... nee meiner, nee meiner. Ist doch Kindergarten.

Es wäre fatal alles über einen Kamm zu scheren, ob Heilpraktiker oder Ärzte. Es gibt Heilpraktiker die es absolut drauf haben, und dann gibts welche, die nicht viel wissen ... das gleiche gilt für Ärzte.

Ein guter Arzt ist oft einer, der keine Kassenzulassung besitzt, denn somit mach er sich frei von der Gehirnwäsche der Krankenkassen und anderen Konsorten.

Das ist der Vorteil des Heilpraktikers, er darf wenigstens noch selbst denken, Ärzte sind doch oft nur Instrumente ...

Jedenfalls ist es gut, sich an Mutter Natur zu orientieren, dieser überdimensionale rationale Denkkapparat, welchen die Schulmedizin da ankarrt, lässt kein Platz für Intuition, für das erspüren tieferer Zusammenhänge und dreht sich oft nur im Kreis.

Die medizinischen Fortschritte in allen Ehren, aber vieles ist nur Symptombekämpfung. Ich orientiere mich wenn dann an Ärzten die den Körper in seiner Ganzheit sehen, und nicht irgendwelche Stellen heraus reißen und tot treten wollen, sondern die tieferen Zusammenhänge erforschen. Ich finde es z.B. eine Riesensauerei!!!! das Ärzte oft nicht einmal Kurse in gesunder Ernährung belegen oder belegen müssen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [sh4d0w](#) on Mon, 04 Jul 2011 22:04:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

leute kann mich einer über bierhefe aufklären?

soweit ich weiß hat es mineralstoffe und spurenelemente und wär doch perfekt um sein bedarf zu decken bzw. überdecken

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Tue, 05 Jul 2011 20:07:41 GMT

---

Nochwas abschließend zum Heilpraktiker und zur Heilpraktikerprüfung

<http://www.esowatch.com/ge/index.php?title=Heilpraktiker>  
und mein Lieblingszitat daraus. Harte Geschütze

Zitat:Die HP-Prüfung ist nach wie vor lächerlich: Man muss zwar ein paar Sachen lernen, geprüft wird aber lediglich, ob der HP eine Gefahr für die öffentliche Gesundheit wäre. Der angehende HP muss zeigen, dass er bestimmte Infektionskrankheiten oder das Vorliegen einer akuten Situation erkennen kann. Das ist ungefähr so, als bekäme man einen Pilotenschein, wenn man weiß, wo man nicht hinfliegen darf und wie man einen Notruf absetzt, ohne Prüfung der Fähigkeit, ein Flugzeug überhaupt zu fliegen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Backe Backe Kuchen](#) on Sat, 09 Jul 2011 19:27:50 GMT

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

---

Nach kurzen googeln und durch diverses Forengestöber, lese ich ausschließlich positive Rückmeldungen. Alledings auch nur ausschließlich von Frauen. Probier doch einfach mal aus und berichte davon

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 29 Aug 2011 20:06:06 GMT

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

---

Backe Backe Kuchen schrieb am Tue, 05 July 2011 22:07  
Nochwas abschließend zum Heilpraktiker und zur Heilpraktikerprüfung

<http://www.esowatch.com/ge/index.php?title=Heilpraktiker>  
und mein Lieblingszitat daraus. Harte Geschütze

Zitat:Die HP-Prüfung ist nach wie vor lächerlich: Man muss zwar ein paar Sachen lernen, geprüft wird aber lediglich, ob der HP eine Gefahr für die öffentliche Gesundheit wäre. Der angehende HP muss zeigen, dass er bestimmte Infektionskrankheiten oder das Vorliegen einer akuten Situation erkennen kann. Das ist ungefähr so, als bekäme man einen Pilotenschein, wenn man weiß, wo man nicht hinfliegen darf und wie man einen Notruf absetzt, ohne Prüfung der Fähigkeit, ein Flugzeug überhaupt zu fliegen.

Meine Güte, wie kann man auch nur ESOWATCH als seriöse Quelle angeben? Da stehen mir ja die Haare zu Berge!

Esowatch ist doch DAS Internet-Portal Nr. 1, was ausnahmslos alles durch den Dreck zieht, was mit Alternativmedizin und Heilpraktiker in Verbindung steht!

Esowatch ist absolut unseriös. Keines von deren Aussagen ist wahr.

---

Die Heilpraktiker-Prüfung ist schwer. Wäre sie so einfach, wäre wohl kaum die Durchfallquote so hoch- TROTZ Besuchs einer mehrjährigen Schule!  
Esowatch möchte einfach bewirken, dass sich möglichst viele Menschen der Alternativmedizin abwenden und sich hin zur Schulmedizin begeben- damit man sie ausbeuten kann.  
Denn mit Chemo und konsorten lässt sich viel Geld verdienen.  
Heilpraktiker sind ein eigenes Klientel.  
Ist doch klar, dass der Schulmedizin und Pharnalobby das ein Dorn im Auge ist.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Christian318](#) on Mon, 05 Mar 2012 18:17:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Ab-2008-Norwood-null

Warum bist du denn von den Mineralientabletten auf Basenpulver umgeschwenkt? Würde mich mal interessieren.

Habe leider meine Entsäuerung mit Ernährung und den Tabletten nicht konsequent genug durchgezogen, um eine Beurteilung abzugeben. Hatte mir aber überlegt, mir jetzt mal solch ein Basenpulver zu kaufen, da die Tabletten auch nicht mehr lange halten.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 24 Mar 2012 20:40:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian318 schrieb am Mon, 05 March 2012 19:17@Ab-2008-Norwood-null

Warum bist du denn von den Mineralientabletten auf Basenpulver umgeschwenkt? Würde mich mal interessieren.

Habe leider meine Entsäuerung mit Ernährung und den Tabletten nicht konsequent genug durchgezogen, um eine Beurteilung abzugeben. Hatte mir aber überlegt, mir jetzt mal solch ein Basenpulver zu kaufen, da die Tabletten auch nicht mehr lange halten.

Pulver ist nicht gleich Pulver!  
Dr. Jacobs ist sehr gut. Das kann man aber nicht grundsätzlich auf alle Pulver übertragen!

Die Tabs die ich nahm, enthielten leider kein Kalium. Das war das Problem.  
Ich würde mir einfach in Versandapotheken gleich fürs ganze Jahr Basenpulver bestellen.  
Dann hast 1 Jahr Deine Ruhe.  
Kostet ca. 136,- inkl. Versand

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Gaston](#) on Thu, 24 Oct 2013 08:54:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Backe Backe Kuchen  
und  
@Ab-2008-Norwood-null

Was ist denn bei euch der aktuelle Stand?

Da es beim Thema Ernährung ja vor allem auf Langzeitergebnisse ankommt, würde mich mal interessieren, ob ihr die Ernährung noch beibehalten habt (wenn nein, wie habt ihr sie verändert) und wie eure Haarergebnisse mittlerweile sind (Ausfall gestoppt, kräftigeres Haar oder keine Chance etwas aufzuhalten etc)? Und hat die Ernährungsumstellung insgesamt zum Wohlbefinden beigetragen?

VG

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [LeroySmith](#) on Thu, 24 Oct 2013 10:09:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

norwood2008 hat sich nicht basisch ernährt. sich irgendwelche pülverchen reinschmeißen ist sicher ganz nett hat damit aber nichts zu tun.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [mdf123](#) on Thu, 24 Oct 2013 14:57:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.  
Alles andere wäre tödlich.  
-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [LeroySmith](#) on Thu, 24 Oct 2013 20:03:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.  
Alles andere wäre tödlich.  
-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Knorkell](#) on Thu, 24 Oct 2013 20:50:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

LeroySmith schrieb am Thu, 24 October 2013 22:03mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.  
Alles andere wäre tödlich.  
-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?  
<http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Für so etwas sind zum Beispiel die Nieren da. Unser Körper ist schon was feines.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [LeroySmith](#) on Thu, 24 Oct 2013 22:55:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Knorkell schrieb am Thu, 24 October 2013 22:50LeroySmith schrieb am Thu, 24 October 2013 22:03mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.  
Alles andere wäre tödlich.  
-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?  
<http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Für so etwas sind zum Beispiel die Nieren da. Unser Körper ist schon was feines.

ja aber woher nimmt er die säuren und basen?? wenn eine flüssigkeit mal angenommen zb das blut saurer wird und der körper braucht es basischer muss er basen zuführen. woher nimmt er die dauerhaft? er kann weder das eine noch das andere selbst herstellen. diese schulmedizinische kritik am säure basen haushalt ist peinlich. wenn das alles ist was man dem entgegenhalten kann ist das mehr als schwach weil es das problem nur um eine ebene verlagert. natürlich gibt es ein puffersystem aber auch das puffersystem muss ja irgendwo die puffer

herbekommen?!

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 24 Oct 2013 23:17:15 GMT

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

---

LeroySmith schrieb am Fri, 25 October 2013 00:55Knorkell schrieb am Thu, 24 October 2013 22:50LeroySmith schrieb am Thu, 24 October 2013 22:03mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45. Alles andere wäre tödlich.

-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?

<http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Für so etwas sind zum Beispiel die Nieren da. Unser Körper ist schon was feines.

ja aber woher nimmt er die säuren und basen?? wenn eine flüssigkeit mal angenommen zb das blut saurer wird und der körper braucht es basischer muss er basen zuführen. woher nimmt er die dauerhaft? er kann weder das eine noch das andere selbst herstellen. diese schulmedizinische kritik am säure basen haushalt ist peinlich. wenn das alles ist was man dem entgegenhalten kann ist das mehr als schwach weil es das problem nur um eine ebene verlagert. natürlich gibt es ein puffersystem aber auch das puffersystem muss ja irgendwo die puffer herbekommen?!

"Die Aufgabe der Teil-Puffersysteme im Blut ist die Konstanthaltung des pH-Werts. Sie werden unter dem Namen Blutpuffer zusammengefasst. Die Pufferkapazität eines Systems beschreibt die Menge an Säure oder Base, die hinzugegeben werden kann ohne den pH-Wert in größerem Maße zu verändern. Je größer die Pufferkapazität, desto stabiler ist das System gegenüber Änderungen des pH-Werts. Im Allgemeinen hat ein System seine größte Pufferkapazität im Bereich seines pK-Wertes. Für das Blut bedeutet das, dass der pK-Wert eines Puffersystems möglichst nah beim gewünschten pH = 7,4 liegen sollte. Weiterhin wichtig ist die Konzentration des Puffersystems.

Das bedeutendste Teil-Puffersystem im Körper ist der Protein-Anionen-Puffer (Eiweißpuffer), der auf Grund der hohen Konzentration von Proteinen seine Bedeutung hat. Er macht etwa 24% der Pufferwirkung des Blutes aus."

Lesen hilft.

Wenn ich dich fragen würde woher der Körper die Säuren nimmt, würdest du dann drauf kommen?

" Als Faustregel kann man sagen, dass ein Puffer erschöpft ist, sobald das Verhältnis der Säure-/Base-Konzentration den Wert 1 zu 10 (bzw. 10 zu 1) überschreitet. Der pH-Wert eines Puffers kann daher um  $\pm 1$  schwanken, bevor er erschöpft ist."

[http://de.wikipedia.org/wiki/Metabolische\\_Azidose](http://de.wikipedia.org/wiki/Metabolische_Azidose)

<http://de.wikipedia.org/wiki/Henderson-Hasselbalch-Gleichung>

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [LeroySmith](#) on Thu, 24 Oct 2013 23:25:08 GMT

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

---

Knorkell schrieb am Fri, 25 October 2013 01:17LeroySmith schrieb am Fri, 25 October 2013 00:55Knorkell schrieb am Thu, 24 October 2013 22:50LeroySmith schrieb am Thu, 24 October 2013 22:03mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.

Alles andere wäre tödlich.

-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?

<http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Für so etwas sind zum Beispiel die Nieren da. Unser Körper ist schon was feines.

ja aber woher nimmt er die säuren und basen?? wenn eine flüssigkeit mal angenommen zb das blut saurer wird und der körper braucht es basischer muss er basen zuführen. woher nimmt er die dauerhaft? er kann weder das eine noch das andere selbst herstellen. diese schulmedizinische kritik am säure basen haushalt ist peinlich. wenn das alles ist was man dem entgegenhalten kann ist das mehr als schwach weil es das problem nur um eine ebene verlagert. natürlich gibt es ein puffersystem aber auch das puffersystem muss ja irgendwo die puffer herbekommen?!

"Die Aufgabe der Teil-Puffersysteme im Blut ist die Konstanthaltung des pH-Werts. Sie werden unter dem Namen Blutpuffer zusammengefasst. Die Pufferkapazität eines Systems beschreibt die Menge an Säure oder Base, die hinzugegeben werden kann ohne den pH-Wert in größerem Maße zu verändern. Je größer die Pufferkapazität, desto stabiler ist das System gegenüber Änderungen des pH-Werts. Im Allgemeinen hat ein System seine größte Pufferkapazität im Bereich seines pK-Wertes. Für das Blut bedeutet das, dass der pK-Wert eines Puffersystems möglichst nah beim gewünschten pH = 7,4 liegen sollte. Weiterhin wichtig ist die Konzentration des Puffersystems.

Das bedeutendste Teil-Puffersystem im Körper ist der Protein-Anionen-Puffer (Eiweißpuffer), der auf Grund der hohen Konzentration von Proteinen seine Bedeutung hat. Er macht etwa 24% der Pufferwirkung des Blutes aus."

Lesen hilft.

Wenn ich dich fragen würde woher der Körper die Säuren nimmt, würdest du dann drauf kommen?

" Als Faustregel kann man sagen, dass ein Puffer erschöpft ist, sobald das Verhältnis der Säure-/Base-Konzentration den Wert 1 zu 10 (bzw. 10 zu 1) überschreitet. Der pH-Wert eines Puffers kann daher um  $\pm 1$  schwanken, bevor er erschöpft ist."

ja und woher nimmt er die basen?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 24 Oct 2013 23:31:56 GMT

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

---

LeroySmith schrieb am Fri, 25 October 2013 01:25Knorkell schrieb am Fri, 25 October 2013 01:17LeroySmith schrieb am Fri, 25 October 2013 00:55Knorkell schrieb am Thu, 24 October 2013 22:50LeroySmith schrieb am Thu, 24 October 2013 22:03mdf123 schrieb am Thu, 24 October 2013 16:57Der Körper reguliert den pH in sehr engen Grenzen zwischen pH 7.35 und 7.45.

Alles andere wäre tödlich.

-> das ganze Säure / Basen Gedöns ist quatsch

und woher nimmt er die säuren und basen um damit den ph wert zu regulieren? kann sich die der körper schnitzen oder wie?

<http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Für so etwas sind zum Beispiel die Nieren da. Unser Körper ist schon was feines.

ja aber woher nimmt er die säuren und basen?? wenn eine flüssigkeit mal angenommen zb das blut saurer wird und der körper braucht es basischer muss er basen zuführen. woher nimmt er die dauerhaft? er kann weder das eine noch das andere selbst herstellen. diese schulmedizinische kritik am säure basen haushalt ist peinlich. wenn das alles ist was man dem entgegenhalten kann ist das mehr als schwach weil es das problem nur um eine ebene verlagert. natürlich gibt es ein puffersystem aber auch das puffersystem muss ja irgendwo die puffer herbekommen?!

"Die Aufgabe der Teil-Puffersysteme im Blut ist die Konstanthaltung des pH-Werts. Sie werden unter dem Namen Blutpuffer zusammengefasst. Die Pufferkapazität eines Systems beschreibt die Menge an Säure oder Base, die hinzugegeben werden kann ohne den pH-Wert in größerem Maße zu verändern. Je größer die Pufferkapazität, desto stabiler ist das System gegenüber Änderungen des pH-Werts. Im Allgemeinen hat ein System seine größte Pufferkapazität im Bereich seines pK-Wertes. Für das Blut bedeutet das, dass der pK-Wert eines Puffersystems möglichst nah beim gewünschten pH = 7,4 liegen sollte. Weiterhin wichtig ist die Konzentration des Puffersystems.

Das bedeutendste Teil-Puffersystem im Körper ist der Protein-Anionen-Puffer (Eiweißpuffer), der auf Grund der hohen Konzentration von Proteinen seine Bedeutung hat. Er macht etwa 24% der Pufferwirkung des Blutes aus."

Lesen hilft.

Wenn ich dich fragen würde woher der Körper die Säuren nimmt, würdest du dann drauf kommen?

" Als Faustregel kann man sagen, dass ein Puffer erschöpft ist, sobald das Verhältnis der Säure-/Base-Konzentration den Wert 1 zu 10 (bzw. 10 zu 1) überschreitet. Der pH-Wert eines Puffers kann daher um  $\pm 1$  schwanken, bevor er erschöpft ist."

ja und woher nimmt er die basen?

Woher nimmt er die Säuren?

<http://flexikon.doccheck.com/de/S%C3%A4ure-Basen-Haushalt>

Der Säure-Basen-Haushalt kann generell über den Stoffwechsel (Ausscheidung über die Niere) oder über die Atmung (Abatmung von CO<sub>2</sub> über die Lunge) reguliert werden.

Entweder ich verstehe deine Frage irgendwie falsch oder du machst dich über medizinische Fakten lustig die du nie recherchiert hast.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [mdf123](#) on Sat, 26 Oct 2013 17:38:11 GMT

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

---

Die kurzfristige Regulation (im Minuten Bereich) erfolgt über die Atmung:

Regulation des abgegebenen CO<sub>2</sub>

mittelfristige Regulation (im Stunden Bereich) über die Niere:

Reabsorption von Bicarbonat und Abgabe von titrierbaren Säuren.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [mdf123](#) on Sat, 26 Oct 2013 17:41:52 GMT

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

---

Woher nimmt er die Säuren?

Aminosäuren

Fettsäuren

(für Fortgeschrittene: Lactat, Ketone ..)

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [mdf123](#) on Sat, 26 Oct 2013 17:50:34 GMT

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

---

Woher nimmt er die Basen?

Die Niere kann über verschiedene Mechanismen Bicarbonat erzeugen. Wenns jemand interessiert kann ich das auch genauer erklären, aber ich bezweifle dass sich hier die meisten hier sich ernsthaft für die Grundlagen der Humanphysiologie interessieren.

Aber vielleicht hilft einfache Logik:

Wie haben unsere Vorfahren mit einer "sauren" Ernährung (basische Ernährung so ein Quatsch, wie soll das gehen ohne Protein zu überleben) ohne Basica Supplemente überlebt???

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Sun, 27 Oct 2013 12:01:01 GMT

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

---

Saure Ernährung soll für Cellulite und Haarausfall verantwortlich sein?

Wers glaubt zahlt sicher Und ist ja quasi auch ein Trend mit dem sich gut verdienen lässt.

Wer nur ein bisschen auskennt weiss das Mann und Frau eine andere Hautstruktur von Kollagen und Elastin Fasern haben.

Hat also rein gar nichts damit zu tun. Da sind auch gewisse Enzyme involviert wo Kollagen und Elastin abbauen. Und auch die Haut Feuchtigkeit verliert.

Es ist wirklich so das wenn man zu viele Saure Sachen (allen voran Zucker) und Fleisch in rauen Mengen zusich nimmt dies nicht gut für den Körper ist. Sehr viele Enzyme funktionieren in der Leber nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt.

Natron ist das günstigste und effektivste Basen Pulver und auch super für die Zähne.

Mann sollte es jedoch nur in geringen Mengen benutzen!

Informiert euch zuerst.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 07 Nov 2013 15:15:39 GMT

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

---

reneschau schrieb am Sun, 27 October 2013 13:01 Saure Ernährung soll für Cellulite und Haarausfall verantwortlich sein?

Wers glaubt zahlt sicher Und ist ja quasi auch ein Trend mit dem sich gut verdienen lässt.

Wer nur ein bisschen auskennt weiss das Mann und Frau eine andere Hautstruktur von Kollagen und Elastin Fasern haben.

Hat also rein gar nichts damit zu tun. Da sind auch gewisse Enzyme involviert wo Kollagen und Elastin abbauen. Und auch die Haut Feuchtigkeit verliert.

Es ist wirklich so das wenn man zu viele Saure Sachen (allen voran Zucker) und Fleisch in rauen Mengen zusich nimmt dies nicht gut für den Körper ist. Sehr viele Enzyme funktionieren in der Leber nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt.

Natron ist das günstigste und effektivste Basen Pulver und auch super für die Zähne.

Mann sollte es jedoch nur in geringen Mengen benutzen!

Informiert euch zuerst.

Das halte ich für eine gute Idee. Das solltest Du auch! Genau informieren.

Natron ist basisch, ja. Aber es ist auch Natrium. Und davon haben wir schon mehr als genug. Wir sind aber unterversorgt mit Magnesium, Calcium und vor allem Kalium.. was ist damit?

Du glaubst also nicht, dass Cellulites durch Übersäuerung kommt? Und woher weißt Du das? Was soll sonst die Ursache sein? Sag bitte nicht "erblich bedingt".

Warum trägt die Miss Germany dann überhaupt basische Strümpfe, wenn das alles nichts

bringen würde?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 07 Nov 2013 22:33:59 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Thu, 07 November 2013 16:15reneschaub schrieb am Sun, 27 October 2013 13:01Saure Ernährung soll für Cellulite und Haarausfall verantwortlich sein? Wers glaubt zahlt sicher Und ist ja quasi auch ein Trend mit dem sich gut verdienen lässt.

Wer nur ein bisschen auskennt weiss das Mann und Frau eine andere Hautstruktur von Kollagen und Elastin Fassern haben.

Hat also rein gar nichts damit zu tun. Da sind auch gewisse Enzyme involviert wo Kollagen und Elastin abbauen. Und auch die Haut Feuchtigkeit verliert.

Es ist wirklich so das wen man zu viele Saure Sachen (allen voran Zucker) und Fleisch in rauen Mengen zusich nimmt dies nicht gut für den Körper ist. Sehr viele Enzyme funktionieren in der Leber nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt.

Natron ist das günstigste und effektivste Basen Pulver und auch super für die Zähne.

Mann sollte es jedoch nur in geringen Mengen benutzen!

Infomiert euch zuerst.

Das halte ich für eine gute Idee. Das solltest Du auch! Genau informieren.

Natron ist basisch, ja. Aber es ist auch Natrium. Und davon haben wir schon mehr als genug. Wir sind aber unterbersorgt mit Magnesium, Calcium und vor allem Kalium.. was ist damit?

Du glaubst also nicht, dass Cellulites durch Übersäuerung kommt? Und woher weißt Du das? Was soll sonst die Ursache sein`? Sag bitte nicht "erblich bedingt".

Warum trägt die Miss Germany dann überhaupt basische Strümpfe, wenn das alles nichts bringen würde?

"Die Beschreibung des Erscheinungsbildes unter der Bezeichnung Cellulite kam im englischen Sprachraum Ende der 1960er Jahre auf. Weite Verbreitung erlangte die Vorstellung auch durch Publikationen von Nicole Ronsard.[3] Ihre Beschreibungen der Ursache als Schlacke, die sich im Körper ablagere, haben sich mittlerweile als falsch herausgestellt.

Cellulite entsteht bei Frauen im subkutanen Fettgewebe als Pölsterchen mit leichter Stauung der Lymphe[4]: Das Fettgewebe wird von bindegewebige Kollagenstränge (Retinacula cutis) in gitterartigen Unterteilungen durchzogen. Diese Strukturen schwellen unter den Hormonveränderungen des Menstruationszyklus mehr oder weniger an und machen so die Form der Kollagenbänder sichtbar. Cellulite ist folglich auch durch das Hormon Östrogen bedingt. Für die alternativmedizinische Behauptung, verantwortlich sei die Ansammlung diverser Stoffwechselprodukte im Bindegewebe (Stichworte Übersäuerung und Entschlackung), gibt es keine wissenschaftlichen Belege.

Die Veränderung der Hautoberfläche ist keine Krankheitserscheinung, sondern eher ein ästhetisches Problem. Zur Vorbeugung oder Verminderung sind zahlreiche medizinische, alternativmedizinische und kosmetische Behandlungsmethoden entwickelt worden, von denen

jedoch keine vollständig erfolgreich ist. Kosmetisch werden oft drei Stufen des Hautbildes unterschieden:

Sichtbare Dellen bei einem Kneiftest.

Dellen sind im Stehen, jedoch nicht im Liegen sichtbar.

Dellen sind auch beim Liegen zu sehen."

Wie wärs wenn du dich mal informierst?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 11 Nov 2013 21:37:32 GMT

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

---

Knorkell schrieb am Thu, 07 November 2013 23:33Ab-2008-Norwood-null schrieb am Thu, 07 November 2013 16:15reneschaub schrieb am Sun, 27 October 2013 13:01Saure Ernährung soll für Cellulite und Haarausfall verantwortlich sein?

Wers glaubt zahlt sicher Und ist ja quasi auch ein Trend mit dem sich gut verdienen lässt.

Wer nur ein bisschen auskennt weiss das Mann und Frau eine andere Hautstruktur von Kollagen und Elastin Fassern haben.

Hat also rein gar nichts damit zu tun. Da sind auch gewisse Enzyme involviert wo Kollagen und Elastin abbauen. Und auch die Haut Feuchtigkeit verliert.

Es ist wirklich so das wen man zu viele Saure Sachen (allen voran Zucker) und Fleisch in rauen Mengen zusich nimmt dies nicht gut für den Körper ist. Sehr viele Enzyme funktionieren in der Leber nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt.

Natron ist das günstigste und effektivste Basen Pulver und auch super für die Zähne.

Mann sollte es jedoch nur in geringen Mengen benutzen!

Infomiert euch zuerst.

Das halte ich für eine gute Idee. Das solltest Du auch! Genau informieren.

Natron ist basisch, ja. Aber es ist auch Natrium. Und davon haben wir schon mehr als genug. Wir sind aber unterbersorgt mit Magnesium, Calcium und vor allem Kalium.. was ist damit?

Du glaubst also nicht, dass Cellulites durch Übersäuerung kommt? Und woher weißt Du das? Was soll sonst die Ursache sein? Sag bitte nicht "erblich bedingt".

Warum trägt die Miss Germany dann überhaupt basische Strümpfe, wenn das alles nichts bringen würde?

"Die Beschreibung des Erscheinungsbildes unter der Bezeichnung Cellulite kam im englischen Sprachraum Ende der 1960er Jahre auf. Weite Verbreitung erlangte die Vorstellung auch durch Publikationen von Nicole Ronsard.[3] Ihre Beschreibungen der Ursache als Schlacke, die sich im Körper ablagere, haben sich mittlerweile als falsch herausgestellt.

Cellulite entsteht bei Frauen im subkutanen Fettgewebe als Pölsterchen mit leichter Stauung der Lymphe[4]: Das Fettgewebe wird von bindegewebige Kollagenstränge (Retinacula cutis) in gitterartigen Unterteilungen durchzogen. Diese Strukturen schwellen unter den Hormonveränderungen des Menstruationszyklus mehr oder weniger an und machen so die

Form der Kollagenbänder sichtbar. Cellulite ist folglich auch durch das Hormon Östrogen bedingt. Für die alternativmedizinische Behauptung, verantwortlich sei die Ansammlung diverser Stoffwechselprodukte im Bindegewebe (Stichworte Übersäuerung und Entschlackung), gibt es keine wissenschaftlichen Belege.

Die Veränderung der Hautoberfläche ist keine Krankheitserscheinung, sondern eher ein ästhetisches Problem. Zur Vorbeugung oder Verminderung sind zahlreiche medizinische, alternativmedizinische und kosmetische Behandlungsmethoden entwickelt worden, von denen jedoch keine vollständig erfolgreich ist. Kosmetisch werden oft drei Stufen des Hautbildes unterschieden:

Sichtbare Dellen bei einem Kneiftest.

Dellen sind im Stehen, jedoch nicht im Liegen sichtbar.

Dellen sind auch beim Liegen zu sehen."

Wie wärs wenn du dich mal informierst?

Dito!

Wie wäre es denn, wenn DU Dich mal informierst? Du hast nichtmal eine Quelle angegeben.

Aber wie dem auch sei: Es ist EINE Meinung.

Wie kommst Du zu der Annahme, dass die oben genannte Schilderung der Wahrheits letzter Schluss ist und alle anderen Thesen zur Cellulites-Entstehung seien Bullshit?

Aber ok.. Nehmen wir mal an, die o.g. These hätte Recht. Warum bekommt dann nicht jede Frau Cellulites? Jede Frau hat doch auch Östrogen. Und jede Frau hat Menstruationsblutungen. Demnach müsste laut Deiner Theorie auch jede Frau Cellulites haben, was aber nicht stimmt.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 11 Nov 2013 21:55:22 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 22:37Knorkell schrieb am Thu, 07 November 2013 23:33Ab-2008-Norwood-null schrieb am Thu, 07 November 2013

16:15reneschaub schrieb am Sun, 27 October 2013 13:01Saure Ernährung soll für Cellulite und Haarausfall verantwortlich sein?

Wers glaubt zahlt sicher Und ist ja quasi auch ein Trend mit dem sich gut verdienen lässt.

Wer nur ein bisschen auskennt weiss das Mann und Frau eine andere Hautstruktur von Kollagen und Elastin Fässern haben.

Hat also rein gar nichts damit zu tun. Da sind auch gewisse Enzyme involviert wo Kollagen und Elastin abbauen. Und auch die Haut Feuchtigkeit verliert.

Es ist wirklich so das wen man zu viele Saure Sachen (allen voran Zucker) und Fleisch in rauen Mengen zusich nimmt dies nicht gut für den Körper ist. Sehr viele Enzyme funktionieren in der Leber nicht mehr oder nur sehr eingeschränkt.

Natron ist das günstigste und effektivste Basen Pulver und auch super für die Zähne.

Mann sollte es jedoch nur in geringen Mengen benutzen!

Infomiert euch zuerst.

Das halte ich für eine gute Idee. Das solltest Du auch! Genau informieren.

Natron ist basisch, ja. Aber es ist auch Natrium. Und davon haben wir schon mehr als genug. Wir sind aber unterversorgt mit Magnesium, Calcium und vor allem Kalium.. was ist damit?

Du glaubst also nicht, dass Cellulites durch Übersäuerung kommt? Und woher weißt Du das? Was soll sonst die Ursache sein? Sag bitte nicht "erblich bedingt".

Warum trägt die Miss Germany dann überhaupt basische Strümpfe, wenn das alles nichts bringen würde?

"Die Beschreibung des Erscheinungsbildes unter der Bezeichnung Cellulite kam im englischen Sprachraum Ende der 1960er Jahre auf. Weite Verbreitung erlangte die Vorstellung auch durch Publikationen von Nicole Ronsard.[3] Ihre Beschreibungen der Ursache als Schlacke, die sich im Körper ablagere, haben sich mittlerweile als falsch herausgestellt.

Cellulite entsteht bei Frauen im subkutanen Fettgewebe als Pölsterchen mit leichter Stauung der Lymphe[4]: Das Fettgewebe wird von bindegewebige Kollagenstränge (Retinacula cutis) in gitterartigen Unterteilungen durchzogen. Diese Strukturen schwellen unter den Hormonveränderungen des Menstruationszyklus mehr oder weniger an und machen so die Form der Kollagenbänder sichtbar. Cellulite ist folglich auch durch das Hormon Östrogen bedingt. Für die alternativmedizinische Behauptung, verantwortlich sei die Ansammlung diverser Stoffwechselprodukte im Bindegewebe (Stichworte Übersäuerung und Entschlackung), gibt es keine wissenschaftlichen Belege.

Die Veränderung der Hautoberfläche ist keine Krankheitserscheinung, sondern eher ein ästhetisches Problem. Zur Vorbeugung oder Verminderung sind zahlreiche medizinische, alternativmedizinische und kosmetische Behandlungsmethoden entwickelt worden, von denen jedoch keine vollständig erfolgreich ist. Kosmetisch werden oft drei Stufen des Hautbildes unterschieden:

Sichtbare Dellen bei einem Kneiftest.

Dellen sind im Stehen, jedoch nicht im Liegen sichtbar.

Dellen sind auch beim Liegen zu sehen."

Wie wärs wenn du dich mal informierst?

Dito!

Wie wäre es denn, wenn DU Dich mal informierst? Du hast nichtmal eine Quelle angegeben. Aber wie dem auch sei: Es ist EINE Meinung.

Wie kommst Du zu der Annahme, dass die oben genannte Schilderung der Wahrheits letzter Schluss ist und alle anderen Thesen zur Cellulites-Entstehung seien Bullshit?

Aber ok.. Nehmen wir mal an, die o.g. These hätte Recht. Warum bekommt dann nicht jede Frau Cellulites? Jede Frau hat doch auch Östrogen. Und jede Frau hat Menstruationsblutungen.

Demnach müsste laut Deiner Theorie auch jede Frau Cellulites haben, was aber nicht stimmt.

Hm. Weil die da oben beschriebene (Quelle Wikipedia, genaue Quelle steht unten im Anhang) überwiegend bewiesene Fakten auflistet (es gibt einen Unterschied zwischen Theorie und Fakten!) und deine Theorien, wirklich nicht mehr sind als Theorien die sogar überwiegend widerlegt sind oder sie einfach nicht bewiesen werden können aber trotzdem als Wissenschaft verkauft werden.

Aber Diagnosen im Falle von einer Krankheit lassen keine Theorien zu wenn man bereits Fakten hat mit denen man arbeiten kann.

Wie wäre es wenn du dir einfach mal die Grundlagen der Erkenntnistheorie und des wissenschaftlichen Arbeitens aneignest? Oder schrecken dich solche Begriffe schon intuitiv ab? Du hast nämlich nicht den blassesten Schimmer was Wissenschaft überhaupt ist.

PS: Es gibt keine Cellulites, es gibt nur Cellulite und Zellulitis, das sind zwei verschiedene Diagnosen.

Also bevor du erklärst warum man Cellulite bekommt lies erstmal nach wie es eigentlich korrekt heißt.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 11 Nov 2013 22:19:27 GMT

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

---

Dann nenn mir doch die Studie. Bin schon ganz gespannt.  
Ebenso bin ich sehr gespannt wer denn wohl der mysteriöse Auftraggeber war (falls es diese Cellulites-Studie denn überhaupt geben sollte).

Du solltest nicht immer so leicht-gläubig sein!

Bei solch Leuten wie Dich bräuchten nur irgendwelche Mafiosis irgendeine Studie in Auftrag geben (die natürlich genau so ausfällt, wie der Auftraggeber es wünscht) und schon glaubst Du es?

Zu einer wirklich objektiven und neutralen Betrachtungsweise gehört auf jeden Fall dazu, dass man sich mehrerer Quellen bedient und nicht Wikipedia als Wahrheits letzter Schluss ansieht. Immerhin kann bei Wikipedia jeder Hinz und Kunz alles möglich reinschreiben.

Ich glaube Du machst es Dir ganz schön einfach!

Hast Du auch schon mal Erfahrungsberichte dazu gelesen, statt starre Studien? Richtige Erfahrungsberichte von echten Menschen mit Fleisch und Blut? Wie dieser hier z.B.:

Zitat:Als ich meine Ernährung auf glutenfrei umstellte, verschwand die Cellulite in meinem zarten Alter von 44 von den Oberschenkeln und Bauch nach und nach gänzlich, habe nur noch ein wenig am Po. Ähnliches habe ich auch schon von anderen Frauen gelesen im www.

Das passt dann zu der Theorie, dass es Ablagerungen sind, Schlacken.

<http://www.symptome.ch/vbboard/koennte-problem/107643-unglaublich-schwaches-bindegewebe-sehr-starke-cellulite.html>

Post #5

Und warum sind eigentlich ältere Frauen von Cellulites mehr betroffen als Junge?

Laut Deiner Theorie müsste es ja genau umgekehrt sein. Du sagst, das Östrogen wäre Schuld. Ja, aber Östrogen hat man doch am meisten in jungen Jahren..

Warum bekommen viele dann erst mit 40 oder 50 Cellulites?

Hast Du Dich das noch nie gefragt? Vielleicht, weil man mit 50 schon mehr Toxine und Schlacken im Körper hat als mit 20?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 11 Nov 2013 22:52:43 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19 Dann nenn mir doch die Studie. Bin schon ganz gespannt.

Ebenso bin ich sehr gespannt wer denn wohl der mysteriöse Auftraggeber war (falls es diese Cellulites-Studie denn überhaupt geben sollte).

Um herauszufinden welche Gründe eine Krankheit hat braucht man nicht zwingend Studien.

Noch nie gelesen "finnische/britische" was auch immer welche Forscher haben herausgefunden?

Häufig folgen dann Studien aber nur wenns auch Sinn macht.

Hier ein paar interessante Links.

[http://dr-ruemmelein.ch/assets/files/presse/DermatologiePraxis\\_Cellulite.pdf](http://dr-ruemmelein.ch/assets/files/presse/DermatologiePraxis_Cellulite.pdf)

<http://www.sueddeutsche.de/leben/weltweiter-cellulite-wahn-waffelmuster-auf-unserer-haut-1.990290>

<http://www.faz.net/aktuell/wissen/mensch-gene/cellulite-die-neue-beulenpest-1434489.html>

Peter Reuter (Hrsg.): Springer Lexikon Medizin. Springer, Berlin 2004, Lemma Cellulite.

Das Fremdwörterbuch. Dudenverlag, Mannheim 2007, Lemmata Cellulite u. Zellulitis.

Nicole Ronsard: Cellulite: those lumps, bumps, and bulges you couldn't lose before.. Beauty & Health Pub. Corp., 1973.

Margaret Minker (Hrsg.): Wörterbuch der Medizin. Falken, Niedernhausen 1992, Lemma Cellulite.

Ich muss ja nicht jeden Mist für dich übernehmen. Wenn du wirklich so interessiert bist dann lies halt mal und füge nicht jedem Google Suchbegriff den zusatz "Übersäuerung" oder "Entschlackung" hinzu.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Du solltest nicht immer so leicht-gläubig sein!

Bei solch Leuten wie Dich bräuchten nur irgendwelche Mafiosis irgendeine Studie in Auftrag geben (die natürlich genau so ausfällt, wie der Auftraggeber es wünscht) und schon glaubst Du es?

Wie DIR heißt das. Lern Deutsch! Und nein tue ich nicht. Hättest du den Hauch einer Ahnung wüsstest du, dass man zwischen der Aussagekraft privat und öffentlich finanzierter Studien unterscheiden muss und nichts desto Trotz beide auf ihre Erhebungsmethoden in Relation zum Thema setzen sollte.

<http://de.wikipedia.org/wiki/Kategorie:Erhebungsmethode>

<http://www.wirtschaftslexikon24.com/d/erhebungsmethode/erhebungsmethode.htm>

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Zu einer wirklich objektiven und neutralen Betrachtungsweise gehört auf jeden Fall dazu, dass man sich mehrerer Quellen bedient und nicht Wikipedia als Wahrheits letzter Schluss ansieht.

Immerhin kann bei Wikipedia jeder Hinz und Kunz alles möglich reinschreiben.

Ich glaube Du machst es Dir ganz schön einfach!

Wikipedia wird ständig überarbeitet und mit anderen Quellen abgeglichen und vor allem verlinkt es unten im Anhang auf all die Quellen aus denen die genannten Informationen stammen.

Man kann eben nicht jeden Furz reinschreiben...aber jemand wie du meidet Quellenangaben vermutlich wie Katzen das Wasser.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Hast Du auch schon mal Erfahrungsberichte dazu gelesen, statt starre Studien? Richtige Erfahrungsberichte von echten Menschen mit Fleisch und Blut? Wie dieser hier z.B.:

Zitat:Als ich meine Ernährung auf glutenfrei umstellte, verschwand die Cellulite in meinem zarten Alter von 44 von den Oberschenkeln und Bauch nach und nach gänzlich, habe nur noch ein wenig am Po. Ähnliches habe ich auch schon von anderen Frauen gelesen im www.

Also du nennst mich naiv aber glaubst den Lippenbekenntnissen von fremden und anonymen Leuten? Zeig doch mal vorher nachher Fotos von Menschen in deinem sozialen Umfeld, wie gut es bei denen geklappt hat. Würde ich danach gehen was Leute behaupten müsste ich ja absolut jeden Mist glauben. Dann kann man keine Trennlinie mehr ziehen zwischen Menschen die behaupten sie könnten fliegen, oder sich durch Sonne ernähren oder eben ihre Cellulite durch "Giftstoffausleitung" los geworden sind.

Du glaubst eben das was du glauben willst auf Anhieb, mit solchen Posts beweist du das.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Das passt dann zu der Theorie, dass es Ablagerungen sind, Schlacken.

<http://www.symptome.ch/vbboard/koennte-problem/107643-unglaublich-schwaches-bindegewebe-sehr-starke-cellulite.html>

Post #5

Ja passt schön, ist nur eben beides Schwachsinn. Aber solangs in deiner Welt passt...

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Und warum sind eigentlich ältere Frauen von Cellulites mehr betroffen als Junge?

Laut Deiner Theorie müsste es ja genau umgekehrt sein. Du sagst, das Östrogen wäre Schuld. Ja, aber Östrogen hat man doch am meisten in jungen Jahren.. man hat auch Testo und DHT am meisten in jungen Jahren...und bekommt erst im Alter Prostatakrebs...außerdem geht Cellulite nicht erst in den Wechseljahren los schon bei vielen schon bevor sie 20 werden...und erheblich mehr bevor sie 30 werden.

Je älter sie werden desto mehr erschlaft eben das Bindegewebe.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 11 November 2013 23:19

Warum bekommen viele dann erst mit 40 oder 50 Cellulites?

Hast Du Dich das noch nie gefragt? Vielleicht, weil man mit 50 schon mehr Toxine und Schlacken im Körper hat als mit 20?

Ist das so? Das ist zum Beispiel eine Aussage zu der man jetzt mal Studien fordern könnte. Das lässt sich anhand von Studien nämlich hervorragend nachvollziehen.

Der Körper ist in deinem Weltbild eine Giftmülldeponie und das trotz echter (und bei dir fiktiver wie Haare... ) giftausleitender Organe.

Wofür geh ich überhaupt noch auf Toilette und Schwitze wenn ich trotzdem immer mehr vergifte?

Jetzt noch mal bitte die WISSENSCHAFTLICHE Beweise für eine solche Azidose wie du sie dir vorstellst.

Es gibt die respiratorischen Azidose

Es gibt die metabolische Azidose

Es gibt die renale tubuläre Azidose

Und es gibt die anaerobe Azidose

Das dürften alle für Menschen relevanten sein.

Deine Übersäuerung bei einem intakten Organismus gibt es nicht!

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 11 Nov 2013 23:44:11 GMT

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

---

Mensch Knorkell, hör doch bitte endlich mit Deinen blöden Studien auf.  
Die Menschheit tausende Jahre alt. Wie ist man nur so lange OHNE Studien ausgekommen?  
Du bist total naiv und hast vom Leben überhaupt keine Ahnung.  
Glaube keiner Studie die Du nicht selbst gefälscht hast!!  
Dieser Satz stammt sicher nicht von ungefähr.

Zitat:Also du nennst mich naiv aber glaubst den Lippenbekenntnissen von fremden und anonymen Leuten? Zeig doch mal vorher nachher Fotos von Menschen in deinem sozialen Umfeld, wie gut es bei denen geklappt hat. Würde ich danach gehen was Leute behaupten müsste ich ja absolut jeden Mist glauben.

Würde ICH danach gehen, was irgendwelche dubiosen Studien sagen, müsste ich ja jeden Mist glauben.

Fragen wir doch mal so: Was hätten die Leute für einen Grund zu lügen, die behaupten durch Entgiftung und Entsäuerung die Cellulites los geworden zu sein? Überhaupt keinen!  
Was aber hätten Studien für einen Grund zu lügen? Jede Menge! Da stecken wirtschaftliche Interessen dahinter.

Und solch "wissenschaftlich" orientierte Menschen wie Du sind auch noch so naiv und fallen auf diese dubiosen Tricks herein, nur weil "Wissenschaft" drauf steht. Ich schreibe das ganz bewusst in Anführungszeichen, weil eben nicht alles Wissenschaft ist, wo auch Wissenschaft drauf steht. Aber das werden so Leute wie Du eben nie verstehen.

Zitat:Deine Übersäuerung bei einem intakten Organismus gibt es nicht!

Das stimmt. Und weißt Du auch warum? Eben weil die ganzen Puffer-Kapazitäten wie Knochen, Zähne und Haarboden angegriffen werden.

Genau deswegen gibt es keine Übersäuerung! Sehr wohl aber einen Abbau von Knochen, Zähnen und Haaren.

Wie oft soll man Dir das nun noch erklären? Bist Du schwer von Begriff? Langsam nervst Du mit Deiner arroganten Art.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [cursor](#) on Tue, 12 Nov 2013 00:00:54 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Glaube keiner Studie die Du nicht selbst gefälscht hast!!

Hieß es nicht "Glaube keinem Zitat, dass du nicht selbst verfälscht hast ?"

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 12 Nov 2013 00:07:17 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44Mensch Knorkell, hör doch bitte endlich mit Deinen blöden Studien auf.

Ich glaub ich hab keine einzige gepostet.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Die Menschheit tausende Jahre alt. Wie ist man nur so lange OHNE Studien ausgekommen? Ja zum Beispiel all die Jahrtausende in denen man Göttern Menschenopfern dargebracht hat, entzündete Wunden zur Reinigung mit Dreck eingerieben oder "Hexen" verbrannt hat.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Du bist total naiv und hast vom Leben überhaupt keine Ahnung.

Ouh...ja. Solange du weißt, dass sich die Modeindustrie verschworen hat um mit Bermudas behaarte Herrenbeine zu diskriminieren bist du wohl derjenige der Ahnung vom leben hat. Ich glaub damit bringst du sogar Leute zum kichern die mich nicht leiden können

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Glaube keiner Studie die Du nicht selbst gefälscht hast!!

Dieser Satz stammt sicher nicht von ungefähr.

Richtig, er stammt aller Wahrscheinlichkeit von Goebbells auch wenn man es fälschlicherweise meistens Churchill zugeschrieben hat.

Übrigens gibt es kaum ein Buch über Statistik in dem es nicht angeführt wird. Und dann erklärt wird wieso Studien dennoch enorm wichtig sind.

Dass man Studien fälschen kann heißt noch lange nicht, dass sie nicht sehr wertvoll sein können.

Aber gut, ich bin der mit dem einfachen naiven Weltbild. Man muss nur "wissen" wer der böse ist dann hat der tag Struktur.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Zitat:Also du nennst mich naiv aber glaubst den Lippenbekenntnissen von fremden und anonymen Leuten? Zeig doch mal vorher nachher Fotos von Menschen in deinem sozialen Umfeld, wie gut es bei denen geklappt hat. Würde ich danach gehen was Leute behaupten müsste ich ja absolut jeden Mist glauben.

Würde ICH danach gehen, was irgendwelche dubiosen Studien sagen, müsste ich ja jeden Mist glauben.

Fragen wir doch mal so: Was hätten die Leute für einen Grund zu lügen, die behaupten durch Entgiftung und Entsäuerung die Cellulites los geworden zu sein? Überhaupt keinen! Soso, weil ja hinter esoterischen Produkten, hinter Alternativmedizin keine Industrie steckt die enorme Summen umsetzt und auch ihre Lobby hat? Nein das sind alles heilige. Entweder Lügen sie weil sie sich selbst belügen, oder sie Lügen weil sie bezahlt werden oder ganz einfach selbst Angestellte solcher Unternehmen sind oder weil sie es unbedingt glauben wollen. Natürlich alles völlig aus der Luft gegriffene Gründe, denn für Geld wird nur in der "Schulmedizin" gelogen

Und nein, würdest du dich mit Studien auskennen und wüsstest wie man sie lesen muss um sie akkurat zu interpretieren wüsstest du auch welche Studien einen Dreck wert sind und welche nicht. Abgesehen davon machst du fast keinen Thread auf ohne selbst irgendwelche (wertlosen) Studien zu Posten...also wen willst du hier verarschen?

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Was aber hätten Studien für einen Grund zu lügen? Jede Menge! Da stecken wirtschaftliche Interessen dahinter.

Studien können nicht lügen sondern die Menschen die sie machen und fälschen. Wirtschaftliche Interessen stehen hinter der Alternativmedizin genauso wie hinter der Pharmaindustrie, nur, dass sie eben eine Nischenbranche sind die nicht so sehr durch ihre obszönen Umsätze auffallen kann. Oder verschenkt der Kopp Verlag seine Bücher umsonst und Pendel, Kristalle, Tarotkarten und was sonst so auf Asntro TV angeboten wird kostet auch nichts? Die machen das alles nur für die Menschen. Und wie gesagt, du berufst dich auf ständig auf "Studien" oder was auch immer du für Studien hältst, liest du deine Posts bevor du sie abschickst?

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Und solch "wissenschaftlich" orientierte Menschen wie Du sind auch noch so naiv und fallen auf diese dubiosen Tricks herein, nur weil "Wissenschaft" drauf steht. Ich schreibe das ganz bewusst in Anführungszeichen, weil eben nicht alles Wissenschaft ist, wo auch Wissenschaft drauf steht. Aber das werden so Leute wie Du eben nie verstehen.

Wo steht bei ner Studie Wissenschaft drauf? Entweder die Methoden machen Sinn oder sie machen keinen Sinn.

Wie gesagt, du weißt eben nicht was Wissenschaft ist und wie man wissenschaftlich arbeitest, woher auch wenn du nie gelernt hast?

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Zitat:Deine Übersäuerung bei einem intakten Organismus gibt es nicht!

Das stimmt. Und weißt Du auch warum? Eben weil die ganzen Puffer-Kapazitäten wie Knochen, Zähne und Haarboden angegriffen werden.

Genau deswegen gibt es keine Übersäuerung! Sehr wohl aber einen Abbau von Knochen, Zähnen und Haaren.

Wie oft soll man Dir das nun noch erklären? Bist Du schwer von Begriff?

WAS???? Jetzt leugnest du auf einmal an die Art von Übersäuerung zu glauben die du hier seit Jahren propagierst und...kA tauscht den Begriff einfach gegen etwas aus was terminologisch genau das selbe ist? Übersäuerungsfuzzies glauben doch eben genau das, dass körperliche Verfallsmerkmale wie faulende Zähne, Orangenhaut, Haarausfall, Krebs, Krankheiten, Osteoporose von eben dieser Übersäuerung kommt die sich über Jahre hinweg toxisch auswirkt. Oder willst du es jetzt so drehen, dass du nicht daran glaubst, dass diese Dinge durch "nicht nachweisbare...) Bluttoxizität sondern dadurch, dass all diese Organe Puffersysteme sind zustande kommt? Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Langsam nervst Du mit Deiner arroganten Art.

Ja, die Wahrheit haben einfache Gemüter schon immer für Arroganz gehalten.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 12 Nov 2013 00:08:10 GMT

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

---

cursor schrieb am Tue, 12 November 2013 01:00Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 12 November 2013 00:44

Glaube keiner Studie die Du nicht selbst gefälscht hast!!

Hieß es nicht "Glaube keinem Zitat, dass du nicht selbst verfälscht hast ?

Erst seit es Facebook gibt

[http://img01.lachschoen.de/images/128043\\_Altundfake\\_1.jpg](http://img01.lachschoen.de/images/128043_Altundfake_1.jpg)

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 12 Nov 2013 23:16:33 GMT

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

---

Zitat:Und nein, würdest du dich mit Studien auskennen und wüsstest wie man sie lesen muss um sie akkurat zu interpretieren wüsstest du auch welche Studien einen Dreck wert sind und welche nicht. Abgesehen davon machst du fast keinen Thread auf ohne selbst irgendwelche (wertlosen) Studien zu Posten...also wen willst du hier verarschen?

Richtig. Ich selbst poste auch oft Studien. Der Unterschied zwischen mir und Dir ist aber, dass ICH Studien niemals als Wahrheits letzter Schluss ansehe, geschweige denn als "Beweis". Studien sind für mich Indizien, Hinweise... mögliche Wege die es sich lohnt weiter zu verfolgen. Nicht mehr und nicht weniger.

Erst wenn diese Studien mit zahlreichen positiven und unabhängigen Erfahrungsberichten gekoppelt sind, würde ich von Beweisen sprechen. Aber auch wirklich nur dann.

Wenn Du einem Richter ein vermeintliches "Beweis-Foto" präsentierst, muss der Richter auch immer damit rechnen, dass es sich um eine Foto-Montage handeln könnte, weshalb solche Fotos immer nur Indizien sein können.

Zitat:Wie gesagt, du weißt eben nicht was Wissenschaft ist und wie man wissenschaftlich arbeitest, woher auch wenn du nie gelernt hast?

Hast Du es denn gelernt?

Zitat:WAS???? Jetzt leugnest du auf einmal an die Art von Übersäuerung zu glauben die du hier seit Jahren propagierst und...kA tauscht den Begriff einfach gegen etwas aus was terminologisch genau das selbe ist? Übersäuerungsfuzzies glauben doch eben genau das, dass körperliche Verfallsmerkmale wie faulende Zähne, Orangenhaut, Haarausfall, Krebs, Krankheiten, Osteoporose von eben dieser Übersäuerung kommt die sich über Jahre hinweg toxisch auswirkt. Oder willst du es jetzt so drehen, dass du nicht daran glaubst, dass diese Dinge durch "nicht nachweisbare...") Bluttoxizität sondern dadurch, dass all diese Organe Puffersysteme sind zustande kommt?

Hast es immer noch nicht verstanden? Nochmal ganz langsam:

Der Körper hat unterschiedliche PH-Werte.. z.B:

Blut: 7,35-7,45

Galle: 8-8,5

Zellen: 7, nochwas (leicht basisch)

Magensäure: 1-3

(...)

all diese PH-Werte müssen exakt eingehalten werden. Das weiß jeder, der sich mit Übersäuerung halbwegs auskennt.

Und genau aus diesem Grund gibt es keine Übersäuerung im eigentlichen Sinne.

Es gibt aber ein Abbau von Haaren, von Zähnen und von Knochen.  
Knochen sind z.B. sehr calciumhaltig. Ein ideales Puffer-Instrument.  
Stell Dir vor, Du isst eine Tüte "saurer Fruchtgummi". Hat keine Mineralien. Nur Zitronensäure (PH um die 3).

Wie soll der Körper diese Säure jetzt verstoffwechseln? Das funktioniert nur mit Mineralien. Da Industrieprodukte aber meist keine oder zu wenig Mineralien haben, werden eben die Depots angegriffen.

Das nennt man umgangssprachlich Übersäuerung.

Die Schulmediziner nehmen dieses Wort natürlich wörtlich, um nachher die Alternativmedizin bloß zu stellen, dass das alles Humbug ist.

Treffender wäre hier eher der Begriff "Körperlicher Verfall".

Denn Übersäuerung gibt es nicht, da Lebensgefahr drohen würde, wenn das Blut zu sauer oder zu basisch werden würde.

Dein Urin wird auch niemals einen PH-Wert von 1 oder 2 haben. Das würde die Nieren nämlich verätzen.

Daher hat der Körper leider auch nicht die Möglichkeit anfallende Säuren einfach so mit dem Urin auszuscheiden. Alles muss basisch(er) gemacht werden, damit es überhaupt ausgeschieden werden kann.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 13 Nov 2013 00:36:42 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16Zitat:Und nein, würdest du dich mit Studien auskennen und wüsstest wie man sie lesen muss um sie akkurat zu interpretieren wüsstest du auch welche Studien einen Dreck wert sind und welche nicht.

Abgesehen davon machst du fast keinen Thread auf ohne selbst irgendwelche (wertlosen) Studien zu Posten...also wen willst du hier verarschen?

Richtig. Ich selbst poste auch oft Studien. Der Unterschied zwischen mir und Dir ist aber, dass ICH Studien niemals als Wahrheits letzter Schluss ansehe, geschweige denn als "Beweis".

Tue ich auch nicht. Hab ich auch nie behauptet, du implizierst das nur von vornherein weil du zu wissen glaubst wie "Schulmedizin-Gläubige" denken. Außerdem klafft eine große Lücke zwischen "Studien sind nicht der Wahrheit letzter Schluss" und "Studien sind wertlos", für dich scheint irgendwie die Grenze zwischen beidem fließend zu sein. Du führst Studien an obwohl sie deinen eigenen Aussagen nach sowieso nichts wert sind, da sie ja nicht der Wahrheit letzter Schluss sind oder so (auch wenn es Studien gibt die so groß und detailreich angelegt sind, dass sie sehr wohl als Beweis gelten. Nur hat es die böse Schulmedizin nicht so mit der Zahl 100% höchstens mit 99, Periode...).

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Studien sind für mich Indizien, Hinweise... mögliche Wege die es sich lohnt weiter zu verfolgen. Nicht mehr und nicht weniger.

Erst wenn diese Studien mit zahlreichen positiven und unabhängigen Erfahrungsberichten gekoppelt sind, würde ich von Beweisen sprechen. Aber auch wirklich nur dann.

Du siehst es genau falsch herum. Erfahrungsberichte von einzelnen Personen sind bestenfalls Indizien (oder Märchen) und wenn man denen ein wissenschaftliches Fundament geben will braucht man Studien! Wenn dir das nicht klar ist hast du wie ich vermutet habe von

wissenschaftlichem Arbeiten einfach 0,0 Ahnung.

Studien zum selben Thema können komplett unterschiedlich oder sogar widersprüchlich ausfallen, abhängig von den Erhebungsmethoden. Wenn diese nicht optimal dem Sachverhalt angepasst sind, dann kann man Studien auch infrage stellen. Du tust das von vornherein und verwechselst einfach die Reihenfolge wissenschaftlichen Arbeitens weil es dir ausreicht dich zu fragen "Warum sollte man lügen?" und dir Lippenbekenntnisse von Fremden, Anonymen mehr wert sind als statistische Größen.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Wenn Du einem Richter ein vermeintliches "Beweis-Foto" präsentierst, muss der Richter auch immer damit rechnen, dass es sich um eine Foto-Montage handeln könnte, weshalb solche Fotos immer nur Indizien sein können.

Dafür haben Gerichte spezielle Gutachter die Fotos auf Montagen und Bearbeitung überprüfen. Wenn du dich jetzt fragst wie die das machen fragst du am besten irgendwelche professionellen Fotografen die können die das genau erklären.

In der Mehrheit aller Fälle werden Fotos sehr wohl als Beweise zugelassen aber der Vergleich hinkt sowieso an allen Enden also lassen wir das...

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Zitat:Wie gesagt, du weißt eben nicht was Wissenschaft ist und wie man wissenschaftlich arbeitest, woher auch wenn du nie gelernt hast?

Hast Du es denn gelernt?

Ich studiere Jura, also ja.

Kann sich aber auch jeder Laie beibringen, gibt dazu genug frei erhältliche Literatur für Grundkenntnisse und Vertiefung.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

[  
Hast es immer noch nicht verstanden? Nochmal ganz langsam:

Der Körper hat unterschiedliche PH-Werte.. z.B:

Blut: 7,35-7,45

Galle: 8-8,5

Zellen: 7, nochwas (leicht basisch)

Magensäure: 1-3

(...)

all diese PH-Werte müssen exakt eingehalten werden. Das weiß jeder, der sich mit Übersäuerung halbwegs auskennt.

Und genau aus diesem Grund gibt es keine Übersäuerung im eigentlichen Sinne.

Es gibt aber ein Abbau von Haaren, von Zähnen und von Knochen.

Knochen sind z.B. sehr calciumhaltig. Ein ideales Puffer-Instrument.

Stell Dir vor, Du isst eine Tüte "saures Fruchtgummi". Hat keine Mineralien. Nur Zitronensäure (PH um die 3).

Wie soll der Körper diese Säure jetzt verstoffwechseln? Das funktioniert nur mit Mineralien. Da Industrieprodukte aber meist keine oder zu wenig Mineralien haben, werden eben die Depots angegriffen.

Das nennt man umgangssprachlich Übersäuerung.

Nein das nennt man Mangelerscheinung. Wenn man sich ausschließlich von Cola und Burgern ernährt krepirt man nach einigen Monaten mit hoher Wahrscheinlichkeit an nem Herzinfarkt oder nem Zuckerschock.

[http://de.wikipedia.org/wiki/Metabolische\\_Azidose](http://de.wikipedia.org/wiki/Metabolische_Azidose)

Man "Übersäuert" nur in diesem Sinne wenn man Diabetiker ist und die Krankheit nicht mehr in den Griff bekommt oder eine Nierenerkrankung hat. Aber da fallen einem nicht die Zähne oder die Haare aus weil die als Puffer dienen, wie kommt man auf diesen Blödsinn?

Das funktioniert nur wenn man vom falschen Ende aus Rückwärts denkt.

Das hier sind die wichtigsten Puffersysteme des Körpers (allesamt im Blut)

Bicarbonat-Puffer (das wichtigste Puffersystem des Körpers)

Hämoglobin-Puffer

Phosphat-Puffer

Protein-Puffer

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Die Schulmediziner nehmen dieses Wort natürlich wörtlich, um nachher die Alternativmedizin bloß zu stellen, dass das alles Humbug ist.

Treffender wäre hier eher der Begriff "Körperlicher Verfall".

Tun sie nicht, glatt gelogen. Sie bieten nur eine wissenschaftlich akkurate Erklärung und verwenden den Begriff nur bei Laien, erklären aber auch die Terminologie der Azidose. Wann hast du eigentlich zuletzt mit nem Mediziner über dieses Thema geredet? Oder liest du nur auf deinen E-Seiten was Mediziner angeblich so schwätzen?

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Denn Übersäuerung gibt es nicht, da Lebensgefahr drohen würde, wenn das Blut zu sauer oder zu basisch werden würde.

Genau DAS ist dann die korrekte Definition der metabolischen Azidose (Laienhaft "Übersäuerung") und ja die ist tödlich.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 00:16

Dein Urin wird auch niemals einen PH-Wert von 1 oder 2 haben. Das würde die Nieren nämlich verätzen.

Daher hat der Körper leider auch nicht die Möglichkeit anfallende Säuren einfach so mit dem Urin auszuscheiden. Alles muss basisch(er) gemacht werden, damit es überhaupt ausgeschieden werden kann.

Und genau dafür hat unser toller Körper Puffersysteme, die wenn unser Organismus gesund ist auch hervorragend funktionieren...

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Gaston](#) on Wed, 13 Nov 2013 01:03:36 GMT

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

Ich finde, dass es beim Thema Ernährung eine sehr unübersichtliche Anzahl an Studien und Expertenwissen gibt. Daher gucke ich mir auch gerne Einzelindizien und Erfahrungsberichte von echten Personen an.

Daher würde mich deine Erfahrung, Norwood, sehr interessieren. Du machst die basische Ernährung ja anscheinend schon etwas länger, kannst du von Erfolgen berichten?

Also z.B. konntest du einen Haarrückgang stoppen, hat sich die Festigkeit deiner Haare verändert? Wie sieht es mit dem allgemeinem Wohlbefinden aus, hast du das Gefühl, dass

diese Art der Ernährung dein Wohlbefinden steigert (also gute Energiezufuhr, gute Verdauung, mentale Fitness, weniger Krankheiten etc)?

Ich würde das sehr interessant finden.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 13 Nov 2013 01:10:40 GMT

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

---

Dass es seinem Haarausfall nichts gebracht hat ist ja in diesem Forum inzwischen Allgemeinwissen.

Er hat seit 8 Jahren oder so ne fette platte und vorne NW 3 oder so anhand der paar Fotos würd ich sagen das was noch steht ist mehr oder weniger diffus.

Er hat auch kein Bild mehr gepostet das neuer als 2 Jahre ist und obwohl er behauptet seit 8 oder 9 Jahren den Haarausfall komplett gestoppt zu haben hat er bis vor 5 Jahren oder so noch Fin und angeblich sogar Dut genommen . Sagt aber, dass nur Mineralien und basische Nahrung für den "Stop" verantwortlich sind,

Dazu kommt, dass man bei einem Status wie seinem unmöglich beurteilen kann ob es ein Stop war oder ob die Extremste Phase jetzt beendet ist und der Rest in den nächsten 20 Jahren langsam soweit ausdünn, dass irgendwann nur noch etwas Flaum oben drauf ist.

Vllt. auch ein Grund warum er nur alte Bilder hochläd.

Ich hätte ja immer noch Interesse an einem Kakao Topik Foto.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 13 Nov 2013 10:11:10 GMT

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

---

Knorkell,

ich habe Dir jetzt wirklich oft genug versucht zu erklären, was eine Übersäuerung ist. Offensichtlich hast Du noch immer nichts verstanden.

Nochmal: Es gibt einen Unterschied zwischen der naturheilkundlichen Ansicht der "Übersäuerung" und der schulmedizinischen Ansicht, die sich "Azidose" nennt.

Die Azidose ist eine akute Stoffwechsel-Entgleisung (kommt recht selten vor).

Die Übersäuerung im naturheilkundlichen Sinne ist eine chronische Übersäuerung.

Es gibt mittlerweile unzählige Literatur zum Thema Übersäuerung. Warum kaufst Du Dir nicht einfach mal ein paar Bücher dazu und studierst sie?

Warum gibst Du Dich mit der Wikipedia-Meinung zufrieden und siehst sie als Wahrheits letzter Schluss an?

Du sagst, ein gesunder Körper hat Puffersysteme. Und wo kommen diese Puffersysteme her? Der Körper braucht zur Aufrechterhaltung dieser Puffer enorme Mengen Mineralien. Und wenn er die nicht durch die Nahrung bekommt, dann werden eben die Speicher/Reserven angegriffen. Was der Körper macht ist also eine durchaus super Sache. Bevor der Körper es zu einer akuten Azidose kommen lässt, greift er lieber die Reserven an, in der Hoffnung dass eines Tages doch noch ein Mineralien-Überschuss kommt und so die Speicher wieder zu befüllen.

Ist z.B. zu VIEL Calcium im Blut, wird in der Schilddrüse das Calcitonin-Hormon ausgeschüttet, was dann eine Einlagerung von Calcium in die Knochen bewirkt. Fehlt Calcium aber ständig in der Nahrung und nehmen wir zu viele Säuren auf, wird in den Nebenschilddrüsen das Parathormon ausgeschüttet, was Calcium aus den Knochen parat stellt.

Der Körper kann also Calcium beliebig oft einlagern oder eben parat stellen. Überwiegt über Jahre Letzteres, kommt es logischerweise zur Osteoporose, was nichts anderes bedeutet als eine über Jahre stattgefundene Übersäuerung.

Du glaubst doch nicht im Ernst, dass die Puffersysteme so widerstandsfähig sind, dass man Essen könnte was man wollte und alles wird ja so oder so gepuffert? So funktioniert der menschliche Körper nicht. Irgendwann ist das Ende der Fahnenstange erreicht.

Kauf Dir mal gescheite Literatur und dann reden wir weiter.

<http://www.netdokter.at/gesundheit/gesunde-ernaehrung/latente-azidose-5930>

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 13 Nov 2013 14:15:17 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11Knorkell,

ich habe Dir jetzt wirklich oft genug versucht zu erklären, was eine Übersäuerung ist. Offensichtlich hast Du noch immer nichts verstanden.

Nein, du hast nicht verstanden, dass es das was du unter Übersäuerung verstehst nicht gibt!

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11

Nochmal: Es gibt einen Unterschied zwischen der naturheilkundlichen Ansicht der "Übersäuerung" und der schulmedizinischen Ansicht, die sich "Azidose" nennt.

Die Azidose ist eine akute Stoffwechsel-Entgleisung (kommt recht selten vor).

Die Übersäuerung im naturheilkundlichen Sinne ist eine chronische Übersäuerung.

Es gibt mittlerweile unzählige Literatur zum Thema Übersäuerung. Warum kaufst Du Dir nicht einfach mal ein paar Bücher dazu und studierst sie?

Brauch ich nicht, aus dunklen Tagen hat meine Mutter noch zwei hier und mein Vater hat mit das Haarausfall Buch vom Kopp Verlag gekauft das hier bei mir rumliegt und demnächst im Müll landet.

Weiß nicht wie oft ich dir halt noch erklären muss, dass es die "Naturheilkundliche chronische Übersäuerung" nicht gibt...

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11

Warum gibst Du Dich mit der Wikipedia-Meinung zufrieden und siehst sie als Wahrheits letzter Schluss an?

Das unterstellst du mir nur die ganze Zeit. Fakt ist aber, dass meine "Wikipedia" Meinung auf den wissenschaftlichen arbeiten vieler schlauer Leute basiert und ich Wikipedia als Quelle nur deshalb heranziehe weil alles schön übersichtlich und relativ verständlich geschrieben ist.

Ich kann dich auch auf richtige Abhandlungen zu dem Thema verweise aber das gibts dann häufig nur als kostenpflichtiges Script oder Buch...und dafür reicht dein Interesse ja nicht.

Immerhin hat dir die Naturheilkunde bereits erklärt was "Schulmedizin" ist und das sie nur lügen.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11

Du sagst, ein gesunder Körper hat Puffersysteme. Und wo kommen diese Puffersysteme her?

Der Körper braucht zur Aufrechterhaltung dieser Puffer enorme Mengen Mineralien. Und wenn er die nicht durch die Nahrung bekommt, dann werden eben die Speicher/Reserven angegriffen. Was der Körper macht ist also eine durchaus super Sache. Bevor der Körper es zu einer akuten Azidose kommen lässt, greift er lieber die Reserven an, in der Hoffnung dass eines Tages doch noch ein Mineralien-Überschuss kommt und so die Speicher wieder zu befüllen. Ist z.B. zu VIEL Calcium im Blut, wird in der Schilddrüse das Calcitonin-Hormon ausgeschüttet, was dann eine Einlagerung von Calcium in die Knochen bewirkt.

<http://flexikon.doccheck.com/de/Bicarbonat>

<http://flexikon.doccheck.com/de/H%C3%A4moglobin>

<http://flexikon.doccheck.com/de/Phosphat>

<http://flexikon.doccheck.com/de/Protein>

Vllt. bist du einfach nicht in der Lage solche "komplexen" Zusammenhänge zu erfassen...

Der Körper lässt es erst zu einer Azidose kommen wenn von vornherein etwas nicht stimmt wie zum Beispiel (zum 100 Mal!) chronische Nierenprobleme oder Diabetes. Durch Nahrung allein kann er gar keine Azidose bekommen. Außer er begreift Giftmüll als Nahrung.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11

Fehlt Calcium aber ständig in der Nahrung und nehmen wir zu viele Säuren auf, wird in den Nebenschilddrüsen das Parathormon ausgeschüttet, was Calcium aus den Knochen parat stellt.

Der Körper kann also Calcium beliebig oft einlagern oder eben parat stellen. Überwiegt über Jahre Letzteres, kommt es logischerweise zur Osteoporose, was nichts anderes bedeutet als eine über Jahre stattgefundene Übersäuerung.

Du vermischt hier gerade die Terminologie eines Nährstoffmangels mit der deiner chronischen Übersäuerung, Dass er auf Knochenreserven zurückgreift stimmt zwar aber inwiefern hat das was mit Übersäuerung zu tun? Das passiert nur wenn der Körper einen akuten Mangel an Calcium hat, das hat nichts mit dem Säure/Basenhaushalt zu tun, denn dazu müssten auch andere basenbildende Mineralien auf lange Zeit komplett fehlen. Und die sind noch nicht die einzigen Komponenten der Puffersysteme im Blut.

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Wed, 13 November 2013 11:11

Du glaubst doch nicht im Ernst, dass die Puffersysteme so widerstandsfähig sind, dass man Essen könnte was man wollte und alles wird ja so oder so gepuffert? So funktioniert der menschliche Körper nicht. Irgendwann ist das Ende der Fahnenstange erreicht.

Kauf Dir mal gescheite Literatur und dann reden wir weiter.

Ähm doch, so funktioniert der Körper. Wenn er an irgendwas durch Nahrung erkranken kann sind es Mangelerscheinungen, Verfettung, Diabetes etc. Aber nicht "Übersäuerung" und das glaube ich nicht das ist längst bewiesen.

<http://www.netdokter.at/gesundheit/gesunde-ernaehrung/latente-azidose-5930/>[/quote]

Dieser Text ist hervorragend zur Irreführung geeignet denn er kombiniert Fakten mit Halbwahrheiten.

Die enorme Quellenangabe spricht ebenfalls für sich.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 13 Nov 2013 14:42:59 GMT

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

---

Wir haben 4 Puffersysteme im Blut.

Das allerwichtigste davon ist der Bicarbonatpuffer bei dem Kalzium erstmal keine Rolle spielt. Daneben gibt es noch den Hämoglobin, den Protein und schließlich den Phosphatpuffer bei dem neben Magnesiumammoniumphosphat (Struvit) und Magnesiumhydrogenphosphat (Newberyit) auch Kalziumphosphat eine Rolle spielt.

Das heißt:

1. Spielt Kalzium für den Säure-Basenhaushalt eine sehr viel geringere Rolle als du es hier behauptest.

2. Ja, wenn der Körper einen dauerhaften Kalziummangel hat verwendet er irgendwann Knochenkalzium und das ganze kann zu Krämpfen, einer Osteomalazie und in höherem Alter wenn die Knochen sowieso wie das meiste andere langsam abgebaut werden zu einer Osteoporose kommen ABER

3. Vorher wenn der Blutcalciumspiegel sinkt setzt das vermehrt ausgeschüttete Parathormon nicht nur mehr Kalzium aus den Knochen (bis zu 50%!) frei sondern es sorgt auch für eine verminderte Rückresorption wodurch weniger Calcium ausgeschieden wird, außerdem wird vermehrt Vitamin D aktiviert welches die Bildung von Carrierproteinen fördert und für eine vermehrte Aufnahme von Calcium sorgt.

(Deshalb auch oft Calcium+Vit-D Präparate)

4. Mag es ja sein, dass es einige Leute gibt die es tatsächlich schaffen und einem chronischen Mangel von Calcium zu leiden weil sie einfach nur Gölle essen. Aber die allermeisten können ihren Bedarf mehr als decken. Haben trotzdem Haarausfall, kriegen trotzdem Krebs und haben dennoch schlechte oder im Falle von Frauen labbrige Haut...

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Gaston](#) on Thu, 14 Nov 2013 11:09:14 GMT

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

---

Hej Knorkell und Norwood,

es ist interessant eure Anmerkungen zu diesem Thema zu verfolgen. Wenn ich das noch mal kurz zusammen fassen darf, ich habe eure Aussagen in etwa so verstanden:

Knorkell hat den medizinischen Aufbau des Körpers respektive des Saure-Basenhaushalts im Körper erläutert und darauf hingewiesen, dass der Körper einige Reserven und Puffer hat.

-> Das ist ja soweit richtig, da es hier ja um den physischen Aufbau und die Funktionsweise des Körpers geht

Norwood hat gesagt, dass eine Ernährung, die vom Magen eine starke Säurebildung fordert viele Mineralien aus dem Körper abzieht. Hierdurch kann es zu Mangelerscheinungen kommen.

-> Dies ist zunächst mal eine Behauptung, die sich aus der Säure-Basen Theorie ableitet. Ich sehe den Zusammenhang, dass die Verstoffwechslung von unterschiedlichen Lebensmitteln auch unterschiedlich viele Mineralien liefert oder verbraucht aber gar nicht so unabwegig.

Ginge man also davon aus, dass man durch seine persönliche aktuelle Ernährung oder

Lebensweise (Stress soll ja auch dazu beitragen) viele Mineralien verbraucht, kann man zwei Wege einschlagen. Entweder man ändert diese Lebensweise und Ernährung oder man nimmt mehr Mineralien zu sich. Da man beim Hinzufügen über Nahrungsergänzungsmittel nie so richtig weiß, wie viel man nehmen soll, finde ich die Idee, dass man von vorneherein eine Ernährung wählt, die einen ausgeglichenen Mineralienverbrauch und -zufuhr gewährleistet sehr spannend.

Da diese Art der Ernährung aber schon etwas an Disziplin und Umstellung erfordert und es sicher eine Weile dauert bis sich Ergebnisse einstellen, würden mich die langfristigen Erfahrung von dir, Norwood, sehr interessieren.

Ich habe schon an anderer Stelle gelesen, dass dein Haarausfall gestoppt, verlangsamt oder wie auch immer ist. Trotzdem würde mich noch mal ein langzeit Fazit interessieren. Gerne auch respektive gesamten Wohlbefinden (nicht nur Haare), da sich ja durch die Ernährungsweise noch andere Vorteile einstellen sollen wie bessere Kalium/Natrium Versorgung, hohe Werte des Wachstumshormon Somatotropin, interzelluläres Magnesium und allgemein eine bessere Verdauung.

Oder hast du diese Erfahrung evtl. schon an anderer Stelle geteilt?

Viele Grüße an euch beide

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 14 Nov 2013 13:13:27 GMT

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

---

^Gut zusammengefasst, allerdings und ich weiß nicht zum wie vielten Mal in Folge ich das jetzt sage.

Wir haben 4 Blutpuffer, welche habe ich oben genau erklärt und verlinkt, mehrmals.

Der wichtigste dieser Puffer der Bicarbonat-Puffer hat mit Kalzium oder Mineralien nichts zu tun.

Erst der Phosphat-Puffer arbeitet UNTER ANDEREM mit Kalzium, neben zwei

Magnesiumphosphaten.

Sollte man nun einen Kalziummangel haben versucht der Körper zunächst mal auf seine Reserven zurückzugreifen und diese so gut wie möglich nicht mehr auszuscheiden und optimal zu verwerten, habe ich oben auch erklärt!

Wenn nun auf lange Zeit gar kein Calcium mehr zugeführt wird, dann kommt es zu einer Mangelercheinung die sich auch negativ auf die Knochen auswirken kann.

ABER! Selbst wenn man diesen Mangel hat, besteht er nur bei einem der weniger wichtigen Puffersysteme des Blutes und der Haupt und zwei Nebenpuffer sind davon nicht betroffen! Davon mal abgesehen, dass man auch einen akuten Magnesiummangel haben muss bis der Phosphatpuffer komplett abschmiert.

Ich hoffe, dass ich das jetzt nicht nochmal erklären muss. Mangelercheinungen und ihre Konsequenzen haben nichts mit einer Übersäuerung zu tun.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Nov 2013 12:44:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Ähm doch, so funktioniert der Körper. Wenn er an irgendwas durch Nahrung erkranken kann sind es Mangelerscheinungen, Verfettung, Diabetes etc. Aber nicht "Übersäuerung" und das glaube ich nicht das ist längst bewiesen.

<http://www.netdokter.at/gesundheit/gesunde-ernaehrung/latente-azidose-5930>

Dieser Text ist hervorragend zur Irreführung geeignet denn er kombiniert Fakten mit Halbwahrheiten.

Die enorme Quellenangabe spricht ebenfalls für sich.

Hast Du Dir den Artikel überhaupt mal durchgelesen? Darin steht doch:

Bei einer Übersäuerung des Gewebes treten nicht sofort charakteristische Symptome auf. Vielmehr ist es eine Reihe von unspezifischen Beschwerden, die nicht als einheitliches Krankheitsbild wahrgenommen werden. Mögliche Anzeichen sind Muskelschmerzen und -krämpfe, allgemeines Unwohlsein, anhaltende Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Kopfschmerzen oder Sodbrennen. Auch brüchige Nägel, vermehrte Schuppenbildung, Haarausfall, Mundgeruch, unreine Haut und Cellulitis können durch Übersäuerung hervorgerufen werden.

Schließlich kann man davon ausgehen, dass die Entstehung vieler Erkrankungen begünstigt wird, wenngleich die wissenschaftlichen Beweise dafür noch weitgehend fehlen

Man kann also davon ausgehen, dass die Entstehung vieler Erkrankungen wie Haarausfall oder Cellulitis durch Übersäuerung begünstigt werden, auch wenn die wissenschaftlichen Beweise dafür fehlen.

Aber nur weil wissenschaftliche Beweise fehlen, heisst es ja deswegen noch lange nicht, dass es keine Übersäuerung gäbe.

Außerdem gibt es unzählige Bücher auf dem Markt, die sich mit Übersäuerung beschäftigen. Noch dazu sehr viele Erfahrungserichte aus den verschiedensten Foren.

Wenn das alles so abwegig wäre wie Du vermutest, würde es dazu kaum Literatur geben. Und vor allem keine positiven Erfahrungsberichte.

Und jetzt komm mir bitte nicht wieder mit dem Argument, man könne mit Säure-Basen-Bücher Geld verdienen.

Sicher kann man das. Aber das könnte man mit Büchern zum Thema Hexentanz bei Vollmond auch.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Knorkell](#) on Sun, 17 Nov 2013 12:54:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hab alles gesagt was zu sagen ist.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:00:49 GMT

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

---

Knorkell schrieb am Sun, 17 November 2013 13:54 Ich hab alles gesagt was zu sagen ist. An Deiner Stelle würd ich mir mal das Kopp-Buch über Haarausfall durchlesen. Woher willst Du denn wissen, dass alles was darin steht nur Humbug ist, wenn Du es nicht ausprobiert hast?  
Du solltest Deine vielen Vorurteile über die Alternativmedizin mal ablegen.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Ninguno](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:11:18 GMT

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

---

Hast du es denn ausprobiert?

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:11:39 GMT

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

---

Meine Vorurteile sind Urteile. Nicht immer wenn jemand anderer Meinung ist gründet sich diese auf Vorurteile, häufig haben Menschen ihre Erfahrungen bereits gemacht. Und ich hab mir das Buch durchgesehen. Manchmal lese ich gerne Schrott...aus diesem Grund lese ich auch deine Beiträge.  
Übrigens wird sogar in dem Buch hinten auf alle Schulmedizinischen Therapien hingewiesen immerhin.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:16:47 GMT

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

---

Knorkell schrieb am Sun, 17 November 2013 14:11 Meine Vorurteile sind Urteile. Nicht immer wenn jemand anderer Meinung ist gründet sich diese auf Vorurteile, häufig haben Menschen ihre Erfahrungen bereits gemacht. Und ich hab mir das Buch durchgesehen. Manchmal lese ich gerne Schrott...aus diesem Grund lese ich auch deine Beiträge.  
Übrigens wird sogar in dem Buch hinten auf alle Schulmedizinischen Therapien hingewiesen immerhin.  
Ich wiederhole mich:  
Warum hast Du es nicht ausprobiert?  
Nur lesen alleine und sich drüber lustig machen, reicht nicht!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

---

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:19:07 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sun, 17 November 2013 14:16Knorkell schrieb am Sun, 17 November 2013 14:11Meine Vorurteile sind Urteile. Nicht immer wenn jemand anderer Meinung ist gründet sich diese auf Vorurteile, häufig haben Menschen ihre Erfahrungen bereits gemacht.

Und ich hab mir das Buch durchgesehen. Manchmal lese ich gerne Schrott...aus diesem Grund lese ich auch deine Beiträge.

Übrigens wird sogar in dem Buch hinten auf alle Schulmedizinischen Therapien hingewiesen immerhin.

Ich wiederhole mich:

Warum hast Du es nicht ausprobiert?

Nur lesen alleine und sich drüber lustig machen, reicht nicht!

Ich hab dir gerade über riesig lange Texte hinweg erklärt warum es sich nicht lohnt es auszuprobieren. Und meinetwegen kannst du mich jetzt indoktriniert oder verblendet oder sonstige Wörter nennen deren Terminologie du nicht kennst. Aber ich hab hierfür keinen Nerv mehr.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Nov 2013 13:22:29 GMT

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

---

Knorkell schrieb am Sun, 17 November 2013 14:19Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sun, 17 November 2013 14:16Knorkell schrieb am Sun, 17 November 2013 14:11Meine Vorurteile sind Urteile. Nicht immer wenn jemand anderer Meinung ist gründet sich diese auf Vorurteile, häufig haben Menschen ihre Erfahrungen bereits gemacht.

Und ich hab mir das Buch durchgesehen. Manchmal lese ich gerne Schrott...aus diesem Grund lese ich auch deine Beiträge.

Übrigens wird sogar in dem Buch hinten auf alle Schulmedizinischen Therapien hingewiesen immerhin.

Ich wiederhole mich:

Warum hast Du es nicht ausprobiert?

Nur lesen alleine und sich drüber lustig machen, reicht nicht!

Ich hab dir gerade über riesig lange Texte hinweg erklärt warum es sich nicht lohnt es auszuprobieren. Und meinetwegen kannst du mich jetzt indoktriniert oder verblendet oder sonstige Wörter nennen deren Terminologie du nicht kennst. Aber ich hab hierfür keinen Nerv mehr.

Ich sage ja: Vorurteile.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Gaston](#) on Sun, 17 Nov 2013 15:37:17 GMT

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

---

Leute, wieso zofft ihr euch eigentlich so? Es kann doch jeder an das glauben, was er will. Was am Ende zählt, sind die Ergebnisse, also ob man sich nun mit dieser oder jener Ernährung besser

---

fühlt, seinen Körper besser mit Nährstoffen versorgt usw.

Ich warte ja übrigens hierzu immer noch auf ein langfristiges Urteil von Norwood, aber ich glaube das wird es wohl nicht mehr geben. Insgesamt denke ich aber schon, dass es gut ist, den Obst- und Gemüseanteil hochzuschrauben (ist ja nichts Neues, dass das Zeug gesund ist). Was andere basische Regeln angeht wie Hirse statt Reis oder Pasta, Kerne oder Nüsse statt Fleisch, weniger Milch, Zucker, Kaffee und Alkohol sowie etwas darauf achten welche Lebensmittel zusammen gut verdaut werden können, so könnte ich diesen Punkten auch etwas abgewinnen. Aber bitte nicht dogmatisch.

peace!

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Nov 2013 23:58:10 GMT

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

---

Gaston schrieb am Sun, 17 November 2013 16:37Leute, wieso zofft ihr euch eigentlich so? Es kann doch jeder an das glauben, was er will. Was am Ende zählt, sind die Ergebnisse, also ob man sich nun mit dieser oder jener Ernährung besser fühlt, seinen Körper besser mit Nährstoffen versorgt usw.

Ich warte ja übrigens hierzu immer noch auf ein langfristiges Urteil von Norwood, aber ich glaube das wird es wohl nicht mehr geben. Insgesamt denke ich aber schon, dass es gut ist, den Obst- und Gemüseanteil hochzuschrauben (ist ja nichts Neues, dass das Zeug gesund ist). Was andere basische Regeln angeht wie Hirse statt Reis oder Pasta, Kerne oder Nüsse statt Fleisch, weniger Milch, Zucker, Kaffee und Alkohol sowie etwas darauf achten welche Lebensmittel zusammen gut verdaut werden können, so könnte ich diesen Punkten auch etwas abgewinnen. Aber bitte nicht dogmatisch.

peace!

Obst, Gemüse und Getreide machen aber nur Sinn, wenn sie BIO sind.  
Ansonsten kann man mit so einer Ernährung mehr Schaden als Nutzen anrichten.  
Pestizide, Schwermetalle..  
Viel wichtiger als auf die Ernährung zu achten, erachte ich daher wöchentliche Entgiftungs-Kuren.

---

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 18 Nov 2013 00:00:55 GMT

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

---

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 18 November 2013 00:58Gaston schrieb am Sun, 17 November 2013 16:37Leute, wieso zofft ihr euch eigentlich so? Es kann doch jeder an das glauben, was er will. Was am Ende zählt, sind die Ergebnisse, also ob man sich nun mit dieser oder jener Ernährung besser fühlt, seinen Körper besser mit Nährstoffen versorgt usw.

Ich warte ja übrigens hierzu immer noch auf ein langfristiges Urteil von Norwood, aber ich glaube das wird es wohl nicht mehr geben. Insgesamt denke ich aber schon, dass es gut ist, den Obst- und Gemüseanteil hochzuschrauben (ist ja nichts Neues, dass das Zeug gesund ist). Was andere basische Regeln angeht wie Hirse statt Reis oder Pasta, Kerne oder Nüsse statt Fleisch, weniger Milch, Zucker, Kaffee und Alkohol sowie etwas darauf achten welche Lebensmittel zusammen gut verdaut werden können, so könnte ich diesen Punkten auch etwas abgewinnen. Aber bitte nicht dogmatisch.

peace!

Obst, Gemüse und Getreide machen aber nur Sinn, wenn sie BIO sind.  
Ansonsten kann man mit so einer Ernährung mehr Schaden als Nutzen anrichten.  
Pestizide, Schwermetalle..  
Viel wichtiger als auf die Ernährung zu achten, erachte ich daher wöchentliche Entgiftungs-Kuren.  
Du weißt doch nicht mal was BIO bedeutet...

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Aristo084](#) on Mon, 18 Nov 2013 00:01:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Auch Bio ist gefährdet: Klick

Die Massenmedien werden sowas natürlich nie zugeben.

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 18 Nov 2013 00:19:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.youtube.com/watch?v=eo87w-m77AI>

---

Subject: Aw: Entsäuerung..... Is da was dran?? Erfahrungen??  
Posted by [rootcause](#) on Thu, 06 Feb 2014 21:36:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,  
es gibt auch "normale" Mediziner und Wissenschaftler die sich mit dem Thema Ernährung und den Folgen beschäftigen.  
In dem Beitrag ist u.a. auch die Rede von Übersäuerung. Ob es die nun gibt sei dahingestellt.  
Das ist mir persönlich sogar egal.  
Fakt ist, dass die heutige Mehrheit sich schlecht ernährt.  
Ich finde den Beitrag vom RBB super, weil das Thema wohl langsam wieder aufkommt. Jahrelang hat der Mensch scheinbar gedacht seinen Industrialisierungswahnsinn auch auf die Ernährung

anwenden zu können. Eigentlich ein dummes Unterfangen, aber so sind wir Menschen.

Ob es gegen Haarausfall, im speziellen gegen AGA hilft bleibt zu bezweifeln. Aber neben den Haaren haben wir auch noch einen restlichen Körper, den es lohnt gesund zu halten. Ich habe meine Ernährung seit längerem umgestellt, die Haare sind insgesamt schöner geworden. Den neuen Flaum u.a. in den Ecken habe ich vlt Minoxidil zu verdanken. Wie soll man das schon zuteilen können wenn man mehrere Methoden anwendet. Die Haut ist jedenfalls super geworden und ich fühle mich besser.

Und sollte man die Ernährung mal sicher als Ursache/Lösung ausschliessen können, sind wir trotzdem einen Schritt weiter. Denn jedes Mittel was nicht hilft, hilft indirekt trotzdem. Denn ein grosses Problem ist auch dass man zu viele Lösungsmöglichkeiten zur Auswahl hat, und theoretisch muss man jede davon länger als ein Jahr ausprobieren. Wenn man noch bedenkt, dass es auch Kombinationen der Möglichkeiten sein könnten, wird man es selbst wohl kaum schaffen alles auszuprobieren. Daher ist die Gemeinschaft hier so Wertvoll, mehrere Personen versuchen parallel Selbstversuche und binden die neuesten Erkenntnisse von externen Quellen mit ein. Das vervielfacht die Chance jedes einzelnen.

[youtube.com/watch?v=fPwDkgU06-s](https://youtube.com/watch?v=fPwDkgU06-s)

---