

# Produktinformationen:

## Anti-Candida Kapseln

## Was ist Anti-Candida?

### Was ist CANDIDA?

Oft ist der Grund warum gewisse Krankheitsbilder immer wieder auftreten nicht ganz klar. Und deshalb führen auch die vielen Versuche etwas gegen die Symptome zu unternehmen nicht zum Ziel. Ein Grund, der häufig unerkannt bleibt, ist eine mögliche Infektion mit dem Pilz Candida Albicans. Diese Infektion bleibt oft unerkannt und wird oft nicht diagnostiziert.

Der Hefepilz Candida albicans kommt vor allem auf den Schleimhäuten im Mund-, Rachen-, Verdauungs- und Genitalbereich zum Ausdruck. Der Pilz selbst kann im Gleichgewicht mit dem menschlichen Immunsystem und anderen Mikroorganismen leben und ist daher ein fakultativ pathogener Erreger, der nur unter bestimmten Bedingungen eine Krankheit verursacht. Viele Menschen leben mit diesem Pilz ohne sich dessen bewusst zu sein und laut der deutschen Gesellschaft für Ernährung kann er bei bis zu 75 % der deutschen Bevölkerung nachgewiesen werden.

Die Symptome die Candida im menschlichen Körper hervorruft, können sich auf sehr unterschiedliche Weise ausdrücken. Infektionen treten jedoch vor allem an feuchten und warmen Körperstellen auf und kommen durch eine Rötung der Haut zum Ausdruck, häufig in Kombination mit einem glänzend weißen Belag.

Eine Ausbreitung von Candida im Darm bleibt häufig unerkannt. Oft werden die Symptome nicht mit einer Candida Infektion in Verbindung gebracht. Dies führt auf lange Sicht zu einer Schwächung des Immunsystems, da sich ein Großteil unseres Immunsystems im Darm befindet.

Candida breitet sich überall dort im Körper aus, wo Ungleichgewicht herrscht. Somit ist eine gesunde Zusammensetzung der Mikroorganismen im Körper und das Gleichgewicht des Säure-Basen-Haushaltes sehr wichtig um die Ausbreitung des Pilzes vorzubeugen.

### Was ist Anti-Candida?

Zur Behandlung von Candida gibt es unterschiedliche klassische Methoden die meist Antimykotika (Antipilzmittel) beinhalten. Darüber hinaus gibt es jedoch, neben einer Ernährungsumstellung und den Verzicht auf zuckerhaltige Lebensmittel auch pflanzliche Alternativen.

Wirkung von Anti Candida enthalten hochwertige Pflanzenextrakte, die feinst abgestimmt sind. Die Auswahl der pflanzlichen Heilkräuter wurde unter höchsten Qualitätsstandards vermahlen und verkapselt. Zu dieser Auswahl zählen Brunnenkresse, Meerrettich, Galgant, Kurkuma, Niemblätter, Olivenblätter,

Kokosöl, Oreganoöl, Knoblauch, Chili und Grapefruitextrakt. Die vielerlei unterschiedlichen Wirkungsweisen dieser Extrakte deuten darauf hin, dass die Darmflora oder das Immunsystem nicht beeinträchtigt wird. Ganz im Gegenteil: sie tragen zu einer normalen Funktion des Darmtraktes und des Immunsystems bei.

## **Wirkung:**

Anti-Candida hilft bei zahlreichen Symptomen die durch den Pilz Candida hervorgerufen werden koennen. Herkömmliche Therapien, die Ihnen womöglich vom Arzt verschrieben werden, können den Körper mehr belasten als ihn von den Beschwerden von Candida zu entlasten. Im Gegensatz zu herkoemmlichen antimykotisch wirkenden Mitteln beeinträchtigt Anti-Candida nicht die Darmschleimhaut und andere Bereiche des Verdauungssystems. Es wirkt immunsystemstaerkend und unterstuezt so den Koeper dabei effektiv gegen den Pilz vorzugehen.

## **Candida Therapie:**

Auch eine Ernährungsumstellung kann sehr hilfreich sein, da dadurch die Ausbreitung des Pilzes gehemmt wird. Vor allen Dingen der Verzicht auf Zucker und Weissmehlprodukte ist hierbei zu erwähnen, da dieser den Pilz am stärksten vorantreibt. Generell lässt sich sagen, dass auf raffinierte und weiterverarbeitete Nahrungsmittel verzichtet werden sollte. Natürlich sind auch Nahrungsmittel, die Hefe (Hefepilz!) enthalten zu vermeiden, sowie Getränke, die zur Gärung gebracht wurden.

Eine überwiegend basische Ernährung ist hilfreich um den Organismus in sein natürliches Gleichgewicht zu bringen.

Jedoch genügt eine Ernährungsumstellung nicht , um eine bereits bestehende Infektion mit dem Candida-Pilz in Schach zu halten.

## **Anwendung und Dosierung:**

Die empfohlene Tagesdosis liegt bei 3 Kapseln pro Tag. Diese sind über den Tag verteilt mit den Mahlzeiten und mit ausreichend Flüssigkeit einzunehmen.

## **Wechselwirkungen:?**

### **Einsatzgebiete:**

- wiederkehrende vaginale Pilz-Infektionen
- Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten und -Allergien
- wiederkehrende Blasenentzündungen
- Müdigkeit
- unstillbarer Hunger auf Zucker
- Konzentrationsprobleme
- Mundgeruch
- Trübe Sicht
- Depression
- Nebenhöhlen-Probleme
- Schlaflosigkeit

# Calcium

## Was ist Calcium?

Der menschliche Körper ist nicht in der Lage, Calcium zu speichern, weshalb wir es täglich in ausreichender Menge zuführen müssen. **Calcium sorgt für die Stabilität der Zähne und Knochen, stärkt das Immunsystem**, reguliert den Cholesterinspiegel, wirkt bei der Blutgerinnung und steuert die Herzfunktion.

Kommt es zu einem Calciummangel nimmt sich der Körper das fehlende Mineral aus den Zähnen und Knochen, welche dadurch porös werden – das nennt man Osteoporose. Aber auch Folgen wie brüchige Nägel, trockene Haut, gestörte Zahnentwicklung bis hin zu Rachitis, Muskelschwäche, Krämpfen und Herzproblemen sind bei einem Calciummangel typisch

Calcium ist der häufigste Mineralstoff in unserem Körper und kommt zu 99 % in unseren Knochen und Zähnen vor, denen er Stabilität und Stärke verleiht. Daneben trägt Calcium zu einer ausgeglichenen Blutgerinnung und Muskelfunktion bei.

Mit der reinen Calciumzufuhr ist es jedoch noch nicht getan, da unser Körper zwei Vitamine braucht, um es zu verwerten: Vitamin K2 und D3. Vitamin D3 transportiert aufgenommenes Calcium vom Darm ins Blut und Vitamin K2 bringt es dann vom Blut zu den einzelnen Einsatzorten. Unseren Calcium-Tagesbedarf von 800 mg (EU-RDA) decken wir vor allem über Milchprodukte. Doch auch verschiedene Gemüsesorten, und Eier enthalten Calcium in höheren Mengen.

## Veganes CALCIUM

Calcium aus kalzifiziertem Seegrass hat einen hohen Calciumanteil von 32 % und enthält ebenfalls geringe Mengen an Vitamin K2 und D3, die die Wirkung von Calcium im Körper, wie bereits beschrieben, positiv unterstützen.

Das weiße, leicht salzig schmeckende Pulver ist ein natürlicher Mineralkomplex, der aus der roten Alge Lithothamnium coralloides gewonnen wird, die reich an Kalzium, Magnesium, Eisen und weiteren Spurenelementen ist. Die Alge absorbiert Mineralien während ihrer Wachstumsphase auf natürliche Weise. Diese Mineralien kalzifizieren nach und nach in eine skelettartige Struktur wodurch sich der gereifte Teil der Alge von dem neueren, lebendigen Teil der Pflanze abhebt. Diese Trennung macht eine nachhaltige Ernte der Alge möglich. Nach der Ernte wird das Material gewaschen, gereinigt und gemahlen.

## Anwendung und Dosierung:

Obwohl wir Calcium über die Nahrung aufnehmen, empfiehlt sich für bestimmte Personengruppen oder Lebensphasen eine Zufuhr über Nahrungsergänzungsmittel. Hierzu gehören Schwangere, Veganer, und Menschen, die Milchprodukte meiden, sowie Personen die gezielt ihren Knochenbau stärken möchten

Die empfohlene Tagesdosis liegt bei 1 - 1,5 g pro Tag (ein Dosierlöffel liegt bei) und ist vorzugsweise mit einer Mahlzeit und ausreichend Flüssigkeit einzunehmen. Mit dieser Dosierung werden 40 – 60 % des Tagesbedarfs gedeckt. Für eine 100% abdeckung benötigt man 3 gr.

Die Aufteilung auf zwei oder mehrere Dosen über den Tag verteilt unterstützt dabei den Körper sich langsam an das Präparat zu gewöhnen.

## Einsatzgebiete:

- **Stabilität der Zähne und Knochen,**
- **stärkt das Immunsystem,**
- reguliert den Cholesterinspiegel,
- wirkt bei der Blutgerinnung
- steuert die Herzfunktion.
- unterstützt muskuläre Mobilität
- 

# Chrom Picolinat

## Was ist Chrom Picolinat?

Chrom ist ein essentielles Spurenelement, das unser Körper in geringen Mengen benötigt (Tagesbedarf 40 µg nach EU-RDA), es für diverse Funktionen von großer Bedeutung. Allen voran unterstützt es jedoch einen normalen Blutzuckerspiegel und wird daher häufig zur Diabetes Typ 2 Therapie eingesetzt. In einem frühen Stadium einer **Diabetes** kann eine Anwendung von Chrom Picolinat insofern sehr hilfreich sein und therapeutische Erfolge erzielen. Erneut gilt hier der Grundsatz „Vorbeugung ist die beste Medizin“.

### Chrom Picolinat für den Blutzuckerspiegel

Die Regulation unseres Blutzuckerspiegels im Körper übernimmt das Hormon Insulin. Mittels eines Schlüssel-Schloss-Prinzips befördert es aufgenommenen Zucker zur Energiegewinnung in die Zellen. Chrom fungiert hier als eine Art Türöffner in die Zelle. Fehlt es an Chrom wird der Zucker nicht in die Zelle transportiert und der Blutzucker steigt. Es hilft dadurch auch, Makronährstoffe wie Kohlehydrate zu verarbeiten und in Energie umzuwandeln.

### Warum das Picolinat?

Doch warum die Form Chrom Picolinat? Picolinat ist die Bezeichnung der organischen Picolinsäure. Ist Chrom an Picolinat gebunden, kann es vom Körper optimal aufgenommen werden. Chrom Picolinat gilt als die aktivste Aufnahmeform von Chrom.

### Erhöhter Chrom Bedarf

Insbesondere durch physische Anstrengung oder Stress kommt es zu einem starken Verbrauch von Chrom. Jedoch fällt es vielen Menschen schwer ausreichend Chrom aus Lebensmitteln aufzunehmen. Ein Grund ist unter anderem ein hoher Blutzuckerspiegel. Auch wird die Resorption von Chrom mit zunehmendem Alter verringert. Aus diesem Grund kann es sich empfehlen Chrom Picolinat durch Nahrungsergänzung zu sich zu nehmen.

## Anwendung:

Chrom Picolinat ist aufgrund seiner Stoffwechsel unterstützenden Funktion multifunktional einsetzbar. In der Medizin wird es jedoch hauptsächlich zur Blutzuckerregulation und zur Senkung des Hungergefühls

eingesetzt. Gerade für Übergewichtige und Menschen mit hohem Blutzucker kann Chrom daher von großer Bedeutung sein.

Insulin ist ein unersetzliches Hormon für den Körper. In der Bauchspeicheldrüse produziert und reguliert es unsere Blutzuckerwerte, indem es die Glucose (Zucker) mittels eines Schlüssel-Schloss-Prinzips zur Energiegewinnung in die Zellen transportiert. Dieser Vorgang funktioniert jedoch nur, wenn ausreichend Chrom im Körper vorhanden ist, da Chrom als eine Art Türöffner funktioniert. Besteht ein Chrom Mangel, gelangt die Glucose nicht in die Zelle und der Blutzucker steigt.

Chrom steigert die Wirksamkeit von Insulin und damit auch die Immunfunktionen. Dabei werden unterschiedliche immunrelevante Prozesse unterstützt. Ein Beispiel dafür ist die **Steuerung der Hormone Interleukin und Interferon**. Diese Hormone sind zuständig für die Aktivierung der weißen Blutkörperchen.

Wenn der Organismus genügend Chrom aufnimmt, braucht er weniger Insulin und die Blutcholesterin- und Triglyzeridwerte verbessern sich stark. Es wurde festgestellt, dass Chrom an Insulin „andockt“ um damit die Hauptfähigkeit des Hormons signifikant zu verstärken. Die Hauptfähigkeit ist, Glukose in Kohlendioxyd umzuwandeln.

Chrom kann helfen **Alterungserscheinungen zu reduzieren**, bzw. sie abschwächen und hinauszögern, denn es steigert die Bildung des Hormons DHEA, was altershemmend wirkt. Wenn der Insulinspiegel zu hoch ist, wird die Produktion von DHEA gehemmt. Dabei wird ein Enzym unterdrückt, welches die Vorstufe von DHEA in dieses Hormon umändert. Deshalb fördert die Zufuhr von Chrom Picolat die **DHEA-Produktion**.

## Dosierung:

Die empfohlene Tagesdosis liegt bei 1 Kapsel pro Tag und ist mit einer Mahlzeit und ausreichend Flüssigkeit einzunehmen.

Bei einer Einnahme von mehr als einer Kapsel am Tag empfiehlt sich die Aufteilung auf zwei Dosen über den Tag verteilt, da es den Körper dabei unterstützt sich langsam an das Präparat zu gewöhnen. Dieses Produkt ist besonders für Vegetarier und Veganer geeignet.

## Einsatzgebiete:

- hoher Blutzuckerspiegel
- übersteigerter Appetit
- Reduktion von Alterserscheinungen
- Diabetes
- Stress
- Leistungssport

# Kaliumcitrat

## Was ist Kaliumcitrat?

Kaliumcitrat ist das Kaliumsalz der Zitronensäure. Durch die organische Zitronensäure wird es vom Körper bei oraler Einnahme sehr schnell aufgenommen. Kalium ist ein Elektrolyt, das eine essentielle Rolle für die Zellfunktionen darstellt. Kalium ist ein wichtiger Mineralstoff für den Körper und wird in der Regel durch zahlreiche Lebensmittel auf natürliche Art und Weise aufgenommen.

Dazu zählen beispielsweise:

- Pilze
- Bananen
- Bohnen
- Spinat
- Käse
- Kartoffeln

Der durchschnittliche Tagesbedarf an Kalium liegt bei ca. 2 g und dieser sollte bei Bedarf durch Nahrungsergänzungsmittel gedeckt werden.

## Entsäuern mit Kaliumcitrat:

Kalium gehört zu den basischen Mineralien, welche im Zellinneren saure Rückstände neutralisieren. Nimmt man also Kalium extern auf, hilft es dem Körper bei der intrazellulären Entsäuerung. Denn das Kalium wird in der Zelle angelagert und verdrängt automatisch die Säure im inneren der Zelle. So werden auch die vom Körper unerkannten Säureablagerungen ersetzt und das Gleichgewicht wiederhergestellt.

Damit Kalium jedoch noch besser in das Zellinnere gelangen kann, muss zunächst die Zellmembran überwunden werden. Forscher haben festgestellt, dass die Form Kaliumcitrat durch das Ergänzen des Kaliums mit der Zitronensäure die Zellmembran sehr gut passiert.

Der Vorteil von Kaliumcitrat ist zudem, dass der Körper nicht nur basisches Kalium aufnimmt, sondern Citrate eine direkte entsäuernde Wirkung aufweisen. Citrate verbinden sich nämlich mit dem Proton aus der im Körper überschüssigen Säure und wandeln diese in Zitronensäure um, welche dann durch den Stoffwechsel der Leber und Niere verbrannt wird. Citrate belasten außerdem weder den Magen noch den Darm und entsäuern dazu besonders effizient.

## Anwendung und Dosierung:

Die empfohlene Tagesdosis liegt bei 1,5 g pro Tag (ein Dosierlöffel liegt bei) und ist vorzugsweise mit der Mahlzeit und mit ausreichend Flüssigkeit einzunehmen.

Die Aufteilung auf zwei oder mehrere Dosen über den Tag verteilt unterstützt dabei den Körper sich langsam an das Präparat zu gewöhnen.

## **Einsatzgebiete:**

- Übersäuerung
- Stärkung des Nervensystems
- Stärkung der Muskelfunktion
- Normaler Blutdruck
- Zellfunktion
- Zellenentsäuerung

# Magnesium Tri-Magenesium-Dicitrat

## **Was ist Tri-Magnesium Dicitrat?**

Magnesium ist eines der wichtigsten Mineralien für unseren Körper. Es wirkt Ermattung entgegen, unterstützt einen gesunden Energiestoffwechsel und eine gesunde Muskelfunktion sowie die normale Nervenfunktion (Psyche). Insbesondere bei Stress oder körperlicher Betätigung verbraucht der Körper viel Magnesium, weshalb eine ausreichende Magnesiumversorgung gerade für diese Personengruppen wichtig ist. Am besten kann unser Körper Magnesium in Verbindung mit der organischen Säure Citrat aufnehmen. Es gibt etwa ein Dutzend Formen von organischen Magnesiumverbindungen (z.B. Sulfat, Orat, Malat, ...). Diese haben aber nur einen Magnesiumanteil von ca. 7 % und befinden sich in einem sauren Milieu. Dagegen hat die Form Tri-Magnesium Dicitrat einen Magnesiumanteil von 15 % und befindet sich im körperfrendlichen basischen Milieu von einem pH-Wert über 8.

## **Entsäuerung mit Magnesium:**

Auch Magnesium gilt als basisches Mineral, welches in der Zelle Säure ganz natürlich ersetzt und genau wie Kalium intrazellulär entsäuert. Zudem ist es ebenfalls als Magnesiumcitrat erhältlich, sodass der übersäuerte Körper nicht nur von der basischen Natur des Magnesiums, sondern auch von der direkten Entsäuerungs-Wirkung des Citrates profitiert.

Wird langfristig versäumt, den extrazellulären Bereich zu entsäuern, wird schlussendlich auch das innere der Zelle sauer. Anzeichen, wie bspw. Kopfschmerzen, Übelkeit, Unwohlsein oder Durchfall können auf Übersäuerung des extrazellulären Bereichs hinweisen.

Liegt jedoch bereits eine intrazelluläre Übersäuerung vor, ist es schwierig, den Körper über die Nahrung einen Magnesium- und Kaliumüberschuss im Körper herzustellen um die Säuren wieder aus dem Zellinneren zu vertreiben. In diesem Fall bieten sich Nahrungsergänzungsmittel wie Kaliumcitrat oder Tri Magnesium-Dicitrat an.

## **Anwendung und Dosierung:**

Täglich 2 g ECHT VITAL MAGNESIUM Pulver in einer Flüssigkeit verrührt einnehmen. Da es leicht zu Klumpenbildung kommt, muss das Pulver langsam im Getränk verrührt werden. Idealerweise sollte die Dosierung auf zwei Einnahmen im Abstand von mindestens 4 Stunden erfolgen. Idealerweise sollte die

zeitlich unmittelbar vor dem schlafen eingenommen werden. Die Einnahme von Calcium sollte zeitversetzt erfolgen.

## **Einsatzgebiete:**

- Stress
- Entzündungshemmend
- Diabetes
- Muskelaufbau
- Leistungsfähigkeit
- Leistungssport
- Muskelkrämpfe
- Chronische Entzündungskrankheiten
- Migräne
- Tinnitus
- Herzrhythmusstörungen
- Muskelverspannungen
- Wechseljahresbeschwerden
- Schwangerschaft
- PMS
- Wassereinlagerungen
- Beruhigt das Nervensystem
- Immunschwäche
- Multiple Sklerose
- Neurodermitis
- Osteoporose
- Rheuma



# Zeolith

## Was ist ZEOLITH?

Zeolith ist ein [kristallines Alumosilikat](#): eines der wichtigsten Bestandteile der Erdkruste, das in vielen unterschiedlichen natürlichen Varianten auf der Erde zu finden ist. Der Wortstamm "Zeo" bedeutet hier Sieden und "lith" steht für Stein. Zeolith ist also ein Gestein, das durch vulkanischen Einfluss geschmolzen wurde und dann durch das Auftreffen auf Meerwasser dasselbe zum Sieden gebracht hat. Bei diesem Vorgang entsteht die spezifische Kristallgitterstruktur des Klinoptilolith-Zeoliths. Es ist ein mikroporöses Gestein, das durch seine winzigen Poren die Funktion eines Molekularsiebes einnehmen kann. Dies ist ein Sieb, das Moleküle unterschiedlicher Größen trennen kann.

Man kann sich Zeolith also als einen Schwamm mit vielen Löchern vorstellen, der aufgrund seiner grossen Oberfläche viele Giftstoffe an sich binden kann, weshalb es zur Entgiftung z. B. von Aluminium, Blei, Quecksilber, Cadmium, Ammonium und Histamin geeignet ist. Zeolith besitzt sehr hohe schadstoffbindende Eigenschaften was es zu einem sehr geeigneten Begleiter bei Entgiftungskuren macht. Am Kristallgitter des Zeoliths findet ein Ionenaustausch statt, der bewirkt, dass die Mineralien des Zeoliths von den organischen Stoffen des Körpers angezogen werden. Schadstoffe die im Körper sind werden so durch ihre positive Ladung von dem negativ geladenen Zeolith angezogen und Mineralstoffe können vom Körper aufgenommen werden.

Jedoch wird Zeolith auch in zahlreichen anderen Bereichen genutzt. Dazu zählen unter anderem Medizin, Kosmetik, in der Landwirtschaft als Futterzusatz für Tiere und zur Bodenverbesserung, zur Wasserklärung und in der Raumfahrt.

## Warum Schwermetalle ausleiten?

Die Entgiftung unseres Körpers ist im postmodernen Zeitalter wichtiger als je zuvor, da unser Organismus stärker und stärker mit giftigen Schwermetallen wie Quecksilber, Cadmium, Blei oder Nickel konfrontiert wird. Den Kontakt mit diesen Substanzen vollständig zu vermeiden ist schon lange nicht mehr möglich, denn die Giftstoffe befinden sich nicht mehr nur in unserer Umwelt, sondern auch in unserer täglichen Nahrung.

Antibiotikarückstände in der Nahrung, Pestizide und chemische Dünger auf Feldern, verschmutzte Luft, Böden und Wasser, Chemikalien in Kleidung, Teppichen und Textilien – die Belastung des menschlichen Organismus ist groß. Kein Wunder also, dass die Schwermetallbelastung in den letzten 25 Jahren drastisch anstieg und immer häufiger Ursache für Schäden des Immunsystems, der Leber, der Nieren und des Darms ist.

## Anwendung und Dosierung:

### Art und Dauer der Anwendung:

Dosieranleitung: Dreimal täglich 1 - 2 Messlöffel (1,25 - 2,5 g) ECHT VITAL Zeolith Pulver in Wasser (0,2 l) aufrühren und 30 Minuten vor den Hauptmahlzeiten trinken.

Zur Einnahme, maximal als 24 Tage Kur. Nach einer ununterbrochenen Anwendungsdauer von 24 Tagen, mindestens 5 Tage Pause einhalten bevor die Anwendung wiederholt werden kann! Für ausreichende Flüssigkeitszufuhr in Form von Wasser oder alkoholfreien Getränken während der Anwendung sorgen.

### **Anwendungsgebiete:**

Zur Reduzierung von Ammonium und Schwermetallen, die mit der Nahrung aufgenommen werden. ECHT VITAL Zeolith Pulver bewirkt eine erhebliche Reduzierung der Ammonium- und Schwermetallbelastung des Körpers, insbesondere bei Blei, Cadmium und Quecksilber. Dadurch wird der Stoffwechsel von Leber, Niere, Bauchspeicheldrüse und Blut entlastet.

### **Wechselwirkungen:**

Nicht geeignet für Schwangere und Kleinkinder, sowie ungeeignet für Patienten nach Organtransplantation. Patienten mit eingeschränkter Nierenfunktion sollten vor der Behandlung unbedingt ihren Arzt konsultieren.

### **Nebenwirkungen:**

Bei unzureichender Flüssigkeitszufuhr kann es zu Verstopfungen kommen!

### **Wechselwirkungen mit anderen Mitteln:**

Bei gleichzeitiger Einnahme anderer Therapeutika sollte auf einen zeitlichen Abstand von mindestens 2 Stunden geachtet werden.

### **Warnungen und Vorsichtsmaßnahmen:**

Bei Auftreten von Verstopfung ist die Flüssigkeitszufuhr zu erhöhen. Herz- bzw. Nierenpatienten sollten sich einer regelmäßigen Überprüfung des Blut-Kalium-Spiegels unterziehen.

### **Einsatzgebiete:**

- Herz- Kreislauferkrankungen
- Schwächung des Immunsystems
- Beschleunigung des Alterungsprozesses
- schleichende Vergiftung der inneren Organe (Magen-Darmtrakt, Nieren, Blase)
- Osteoporose
- Hautkrankheiten
  - Übersäuerung
  - Schwermetallbelastung
  - Schwaches Bindegewebe
  - Schwaches Immunsystem