



Antioxidačná a antiradikálová schopnosť produktu MeineBase bola ocenená z dermatologického hľadiska ako „dobrá“. Príslušné vedecké testy v laboratóriách potvrdili, že produkt má „dobré vlastnosti vzhľadom k funkcii ochrany buniek.“

Konzumáciu stravy zloženej z nevhodných potravín, nevhodnej kombinácie a v nevhodných množstvách si spôsobujeme rôzne zdravotné problémy. Najnebezpečnejšie je prekyslenie organizmu. Prejavuje sa to postupným poškodzovaním orgánov, pocitom únavy a depresiou.

**Hodnota pH 7 je neutrálna. Optimálna úroveň pH v tele musí byť medzi 7,35 a 7,45.**

Je dôležitá pre dobre fungujúci organizmus. Kyslosť vnútorného prostredia tela sa zvyšuje pri veľkej konzumácii mäsa a údenín, tukov, cukrov, bieleho pečiva, pri nedostatku tekutín, pri strese a pri nedostatočnom oddychu.

V dôsledku prekyslenia organizmu vzniká nadbytok kyseliny močovej, tá preťažuje obličky i pečeň a obmedzuje ich filtračnú schopnosť. Znečistená krv ukladá kyslý odpad najmä v tuku, nervovom systéme a v niektorých orgánoch. To vedie k ochoreniam ako dna, žilové a obličkové kamene, svalový a kĺbový reumatizmus, cukrovka, vysoký krvný tlak, poruchy nervového systému, boľenie hlavy, zápcha a ďalšie. Kyslé prostredie je tiež živnou pôdou pre baktérie, mikroorganizmy .....

Už v dobe starých Egyptanov a v antickom Grécku a Ríme, používali zásaditú očistu tela. V starších dobách japonské a mexické kultúry dodržiavali tradíciu kúpeľa trvajúceho niekoľko hodín. Takéto kúpele sú tam dodnes používané pre blaho tela a mysle.



## MeineBase® zásadito-minerálna kúpeľová soľ pH 8,0 - 8,5pH .

- aktivuje vylučovanie kyselín, škodlivín a usadenín cez kožu
- pomáha pri udržiavaní hygieny, odstraňuje nepríjemný pach tela
- pomáha pri odstraňovaní opuchov, urýchľuje uzdravenie pri rôznych chorobách
- slúži ako prevencia väčšiny chorôb
- používa sa pri hygiene ústnej dutiny

- výdatne pomáha pri liečení kožných problémov, obnovuje prirodzený proces samopremasťovania pokožky

### Použitie

- ako zásaditý sedací kúpeľ, sprchovanie, kúpanie nôh a rúk, saunovanie
- ako zásadité obklady a zábaly celého tela a tváre
- zásadité výplachy úst a nosa
- zásaditá očista zubov a ústnej dutiny, ako deodorant

### Zloženie

Natriumhydrogenkarbonát, morská soľ, natriumkarbonát, prírodné minerály : achát, kameol, citrín, chrysopras chalcedón, zafir, krištál' a onyx

### Návod na použitie

**1/ zásaditý sedací kúpeľ** - 3 polievkové lyžice MeineBase , voda teplá 36 – 38° · kartáč ( vaňa musí byť čistá)

Doba kúpeľa: 30 – 45 min , 1 krát týždenne  
počas kúpeľa sa priebežne masírujte kefou

**2/ kúpanie nôh a rúk** - 1 čajová lyžička MeineBase, voda teplá 36 – 38° · kartáč

Doba kúpeľa : 15 – 60 min 2-3 krát týždenne

Kefujte si chodidlá a lýtka ( ruky ) pravidelne každých 3-5 min smerom od kolien až po končeky prstov a od laktov tiež po končeky prstov, aby ste z tela odvedli všetky škodliviny cez potné žľazy na chodidlách a dlaniach.

**3/ sprchovanie** - 1 vrchovatá polievková lyžica MeineBase,

Po namydlení a osprchovaní naneste na vlhkú pokožku. Intenzívne vmasírujte smerom od stredu tela ku končekom prstov. Potom sa krátko osprchujte

**4/ saunovanie**

1 vrchovatá polievková lyžica MeineBase, 1-2 pol. lyžice medu – rozmiešajte a vytvorte ľahko roztierateľnú pastu

**Príprava na saunovanie** - 2 hodiny pred saunovaním vypiť 1-2 šálky bylínneho čistiaceho čaju 7x7 KräuterTee

- 1 hodinu pred saunovaním užiť 2-3 lyžičky koncentrovanej zmesi bylín WurzelKraft

- ½ hodiny pred saunovaním vypiť 0,5 litra vody

Saunovanie - 10 minút potenie, potom naniesť pastu zo soli a medu spôsobom ako pri sprchovaní

- 10-15 minút potenia

- procedúru ukončíte odstránením pasty v sprche teplej 36 – 38°

**5/ zásadité obklady a zábaly celého tela** - 1,5 litra vody teplej 36 – 38° čajová lyžička soli MeineBase

Bavlnené obvinadlo namočíme do roztoku, dobre vyžmýkame. Vlhký obklad prilozíme na krk, lakte, kolena.....

Na ne položíme suchú tkaninu a necháme do rána pôsobiť Na nohy a stehná môžete použiť zásadité punčochy,

ktoré namočíme do roztoku a na ne si oblečiete suché vlnené punčochy

**6/ zásadité obklady na tvár** - štipka soli MeineBase, 40 ml vody teplej 36 – 38° , 1 vliesová maska

Masku namočíme do roztoku a prilozíme na očistenú pleť. Prekryjete teplým, suchým uterákom. Doba

pôsobenia cca 20 min

Pôsobením zásaditej masky dochádza k vylúčeniu kyselín a škodlivých látok mazovými a potnými žľazami

Súčasne sa pleť regeneruje a spúšťa sa proces samo premasťovania.

**7/ použitie ako deodorant** - ½ čajovej lyžičky soli MeineBase, troška vody teplej 36 – 38°

roztok naneste na mydlom umyté a vysušené podpažie a nechajte prirodzene uschnúť. Príjemný pocit vydrží celý deň

**8/ zásadité výplachy úst a nosa** 1 čajová lyžička MeineBase, 1 liter teplej vody

**9/ zásaditá očista zubov a ústnej dutiny** kefku namočíme do soli a jemne trieme zuby a ďasná,

**10/ zásaditá inhalácia** 1 čajová lyžička MeineBase., 350 – 500 ml vriacej vody.

Inhalujte 2-3 x denne vždy 2-3 minúty

## Starostlivosť o dieťa

**1/ Vyparený zadoček a prevencia** štipka soli, hrnček teplej vody 36 – 38°

Roztok naniesieme mäkkou plienkou na pokožku a necháme zaschnúť

**2/ Zásaditý kúpeľ** 1 kopcová čajová lyžička soli MeineBase, 20 litrov vody teplej 36 – 38° , vanička

Kúpeľ šetrne čistí jemnú detskú pokožku, je vhodná pre citlivú pleť . Potláča zápal, virózy a zvyšuje imunitu

## Starostlivosť o nastávajúcu mamičku

K harmónii a zdraviu nastávajúcej mamičky výdatne prispievajú pravidelné kúpele celého tela a jemné kartáčovanie bruška a stehien. Koža sa stane pružnejšia, naštartuje sa proces samopremasťovania a tým sa obmedzí výskyt strií.

Tehotné ženy majú problémy s pleťou a so zadržiavaním vody v tele. V tomto prípade je vhodné používať zásadité punčochy počas noci.

Ideálna plodová voda by mala mať pH 8,5. Vtedy môže bábätko cez pupočnú šnúru vylučovať všetky škodlivé látky, ktoré sú kyslé. Ak je však pH plodovej vody nižšie, prijímanie škodlivín do plodovej vody sa zníži a tie sa hromadiť v telíčku dieťatka. Následkom toho si vaše dieťatko môže priniesť na svet základ pre rôzne choroby, prípadne už choroby prepuknuté.

Využite celý náš program Dr. P. Jentschury na odkyslenie organizmu :

MorgenStund - bezlepková zásaditá kaša

7x7x KräuterTee - bylínny čaj "preplachovač buniek", uvoľňuje škodliviny z tela

WurzelKraft živá" - potravina na doplnenie minerálnych látok a stopových prvkov - neutralizuje kyseliny

BasischeStrumpfe - zásadité návleky.