

## **Odkyslenie s 15-ročným úspešným a osvedčeným nemeckým programom podľa Dr.h.c. Peter Jentschura**

Konzumáciou 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 krvi 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, lymfe a v niektorých orgánoch. To vedie k ochoreniam ako dna, žľčové a obličkové kamene, svalový a kĺbový reumatizmus, cukrovka, vysoký krvný tlak, poruchy nervového systému, bolenie 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 japonskej a mexickej kultúry dodržiavali tradíciu kúpeľa trvajúceho niekoľko hodín. Takéto kúpele sú tam dodnes používané pre blaho tela a mysle.

Túto možnosť máme aj dnes, **vd'aka zásadito-minerálnej kúpeľovej soli s pH 8,0 - 8,5 - Meine Base.**

A prečo práve pH 8,0 - 8,5? Takéto pH má plodová voda, do ktorej sa čistí plod na základe osmózy cez pokožku. Škodliviny v našom tele sú totiž všetky kyslé, tzn. majú pH menšie než 7. Ak si telo ponoríme do vody s pH 8-8,5, krásne sa nám cez póry pokožky vytiahnu škodliviny na základe osmózy. Týmto si nezaťažíme obličky, ktoré by sa inak snažili tieto škodliviny dostať z tela von a často už nevládzu, preto škodliviny zostávajú v tele.

[Ako používať soľ...](#)

---

Súvisiace témy: [Zásadotvorná strava](#)   [Wurzelkraft](#)   [Kniha o odkyslení](#)