

**Qualitätsgarantie**

Die Rezeptur wird von Experten ernährungswissenschaftlich kontrolliert, die in **BASIC BALANCE®** enthaltenen Inhaltsstoffe sowie das Endprodukt unterliegen strengsten Qualitätskontrollen. Sollten Sie trotzdem einmal Grund zu einer Beanstandung haben, schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an.

**Die BASIC BALANCE® Produkte**

- **BASIC BALANCE® Pur** zum Einrühren in Speisen oder Getränke (200/800 g Pulver); gluten-, jod-, lactose- und purinfrei
- **BASIC BALANCE® Kompakt** leicht zu Schlucken (120/360 Tabletten); gluten-, purin-, jod-, gelatine- und lactosefrei.
- **BASIC BALANCE® Basen-Bad** zum Entsäuern der Haut (600 g für 10 Vollbäder); mit basischen Mineralstoffen und Meersalz, parfüm-, seifen- und farbstofffrei, duftneutral.
- **BASIC BALANCE® Direkt Kautabletten** zum Kauen oder Lutschen (42 Kautabletten); gluten-, purin- gelatine und lactosefrei

**Durchschnittlich 100 % Säureausgleich je Tagesportion®**

\*Berechnungsbasis: Bei der heute üblichen Ernährung entsteht nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen ein Säureüberschuss von 50 bis 80 mEq pro Tag; dies sind durchschnittlich 65 mEq. Eine empfohlene Tagesportion **BASIC BALANCE®** enthält 65 mEq zum durchschnittlichen Ausgleich dieses Säureüberschusses. Die Milliäquivalent-Angabe (mEq) beschreibt die Höhe des Säure- bzw. Basenüberschusses, der im Stoffwechsel des menschlichen Organismus entsteht. **BASIC BALANCE®** wurde nach diesen Angaben entwickelt, um die nahrungsbedingte Säurebelastung zu reduzieren und damit zu helfen, das Säure-Basen-Gleichgewicht zu erhalten.

Hübner Naturarzneimittel GmbH  
Lil-Dagover-Ring 7 • 82031 Grünwald  
Tel.: 089-641 860  
eMail: info@huebner-naturarzneimittel.de

**hübner**  
gesundheit leben

VD0947461-02



Direkt  
**BASIC BALANCE®**  
Säure-Basen-Ausgleich

**Basische Vitalstoffe bei ernährungsbedingter Übersäuerung**

Eine gesunde Ernährung erfordert ein Gleichgewicht von säure- und basenbildenden Lebensmitteln. Leider kann bei der heute üblichen Ernährung oft ein Überschuss an Säuren entstehen.

Beliebte Speisen wie z.B. Fleisch, Fisch, Weißbrot, Nudeln oder Süßigkeiten sind sogenannte „Säurebildner“, wogegen Kartoffeln, Gemüse, Obst und Salate in aller Regel je nach Zubereitungsform basenbildend wirken. Ein Säureüberschuss kann auf Dauer den Organismus belasten. Säureüberschuss ist auch eine mögliche Folge von Stress, insbesondere bei Leistungssportlern. In diesen Fällen kann rasche Ermüdung Konzentrationschwäche und mangelnde Leistungsfähigkeit die Folge sein.

**Mineralstoffe und Spurenelemente zur Nahrungsergänzung**

**BASIC BALANCE® Direkt Kautabletten** enthalten eine ausgewogene Kombination basischer Vitalstoffe, unter anderem Zink, das zur Harmonisierung des Säure-Basen-Haushalts beitragen und durchschnittlich **100 % Säureausgleich je Tagesportion®** bieten kann.

**BASIC BALANCE® Direkt Kautabletten** wurden von Ernährungsspezialisten zur Nahrungsergänzung entwickelt, um den Körper bei der Erreichung oder Erhaltung seines Säure-Basen-Gleichgewichtes zu unterstützen und mit den enthaltenen Mineralstoffen und Spurenelementen zu versorgen.



Ein ausgeglichenes Säure-Basen Verhältnis ist eine gute Grundlage für einen funktionierenden Stoffwechsel.

**Basische Vitalstoffe**

Warum ist gerade die in **BASIC BALANCE® Direkt Kautabletten** enthaltene Vitalstoffkombination ideal für Gesundheit und Wohlbefinden?

Zink trägt zu einem ausgewogenen Säure-Basen-Stoffwechsel bei und ist für Wohlbefinden und Gesundheit wichtig.

Die für die Gesundheit wesentlichen Mineralstoffe und Spurenelemente werden in einer für den Körper ausgewogenen Menge und der günstigen biologischen Form (**Citrat**) angeboten.

Durchschn. Nährwerte	je 100 g	Tagesportion 6 Kautabl. = 21 g	% der empfohlenen Tageszufuhr <sup>1)</sup>	Leistet einen Beitrag zu
Brennwert	1325 kJ/ 312 kcal	278 kJ 66 kcal		
Fett	1,0 g	0,2 g		
davon gesättigte Fettsäuren	1,0 g	0,2 g		
Kohlenhydrate	75,8 g	15,9 g		
davon Zucker	55,6 g	11,7 g		
Eiweiß	< 0,1 g	< 0,1 g		
Salz	1,2 g	< 0,3 g		
Calcium	3571 mg	750 mg	94 %	Normalem Energiestoffwechsel
Magnesium	1190 mg	250 mg	67 %	Funktion bei der Zellteilung
Eisen	23,8 mg	5,0 mg	36 %	Normalem Energiestoffwechsel
Kupfer	4800 µg	1000 µg	100 %	Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
Iod	476 µg	100 µg	67 %	Normalem Energiestoffwechsel
Zink	23,8 mg	5,0 mg	50 %	Normalem Säure-Basen-Stoffwechsel
Mangan	4,8 mg	1,0 mg	50 %	Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
Natrium	476 mg	100 mg	2)	-
Selen	143 µg	30 µg	55 %	Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
Chrom	286 µg	60 µg	150 %	Normalem Stoffwechsel von Makronährstoffen
Molybdän	381 µg	80 µg	160 %	Normaler Verstoffwechsel schwefelhaltiger Aminosäuren

<sup>1)</sup> nach Lebensmittelinformationsverordnung

<sup>2)</sup> keine Empfehlung der Europäischen Union (EU) vorhanden

**Hier noch einige nützliche Tipps**

So unterstützen Sie neben dem täglichen Verzehr von **BASIC BALANCE®** Ihren Körper beim Abbau der überschüssigen Säuren:

**• Ernährung**

Essen Sie täglich 5 bis 7 Portionen Obst und Gemüse, vermeiden Sie üppigen Fleischkonsum. Nehmen Sie sich Zeit beim Essen, kauen Sie gründlich. Entlastungs- und Fastentage sind außerdem hilfreich. Trinken Sie täglich mindestens 2 Liter Flüssigkeit z. B. Wasser, Tee, Fruchtsäfte und genehmigen Sie sich maximal 2 bis 3 Tassen Kaffee oder schwarzen Tee pro Tag. Meiden Sie ein Übermaß an Alkohol und Nikotin!

**• Bewegung und Wohlbefinden**

Bewegungsmangel kann zu Übersäuerung führen. Sport, Spaziergänge und Gymnastik sind sehr hilfreich, sie fördern die Atmung und Ihr Körper gerät ins Schwitzen. Dies unterstützt den Organismus beim Abbau von Säuren. Ein Besuch in der Sauna, ein Dampfbad, Kneippische Anwendungen oder auch ein **BASIC BALANCE®** Basen-Bad sind empfehlenswert für Ihr Wohlbefinden.

**• Entspannung**

Stress und Nervosität können den Säureabbau beeinträchtigen. Versuchen Sie häufiger am Tag abzuschalten und zu entspannen. Machen Sie z.B. zwei- bis dreimal am Tag eine Atemübung oder eine Mini-Meditation. Ein **BASIC BALANCE®** Basen-Bad kann ebenfalls zur Entspannung beitragen.

**• Basische Bäder**

Basische Mineralstoffe und Meersalz unterstützen den Körper beim Entsäuern der Haut. Das **BASIC BALANCE®** Basen-Bad ist die ideale Ergänzung zu den **BASIC BALANCE®** Produkten z.B. während einer Diät oder Fastenkur, nach körperlicher Anstrengung oder Stress. In solchen Zeiten ist es sinnvoll die tägliche Einnahme von **BASIC BALANCE®** durch ein Basen-Bad zu unterstützen. Die wohltuende und erholsame Wirkung von warmen Mineralbädern ist bereits seit dem Altertum bekannt. Durch basische Mineralsalzmischungen wird der pH-Wert des Badewassers erhöht, überschüssige Säuren der Haut können leichter abgegeben werden. Mineralstoffreiches Meersalz unterstützt diesen Prozess.

