

Gute Gründe für Basisches Badesalz

Basisches Salz oder Natriumbicarbonat

Basisches Salz oder Natriumbicarbonat ist ein vielseitiger Mineralstoff. Das anorganische, hoch basische Salz unterstützt genauso wie Magnesium zahlreiche biologische Funktionen des menschlichen Körpers. Zecksal Basisches Badesalz ist absolut rein und zusatzfrei.

Obwohl in der Bauchspeicheldrüse Bicarbonat gebildet wird, ist eine zusätzliche Zufuhr sinnvoll, insbesondere zur Entsäuerung des Körpers. Basisches Salz in Verbindung mit Magnesium ist außerdem eine wichtige Energiequelle.

Was bewirkt basisches Salz?

- Basisches Salz entsäuert den Körper
- Basisches Salz erhöht die Sauerstofftransportfähigkeit des Blutes
- Basisches Salz neutralisiert die schädliche Wirkung von Strahlung im Körper
- Basisches Salz verbessert in Verbindung mit Magnesium die Energiegewinnung im Körper (ATP)
- Basisches Badesalz stärkt das Abwehrsystem

Was steckt dahinter?

Eine verschlechterte Fähigkeit zur Säureausscheidung beschleunigt den Alterungsprozess. Bicarbonate bilden einen Puffer, damit die sauren Schlacken abtransportiert werden können. Ist der Bicarbonatgehalt zu niedrig, wird das Blut an der Säureregulierung gehindert. Das begünstigt die Entstehung von Erkrankungen wie Gicht, Sodbrennen, Diabetes, Bluthochdruck, Osteoporose und Herz- und Gefäßkrankheiten.

Sogar bei gesunden Menschen kommt es ab dem 45. Lebensjahr zu einem merklichen Rückgang des Bicarbonatgehalts. Eine unausgewogene Ernährung und ungesunde Lebensweise, aber auch Stress und die Einnahme von Medikamenten verschlimmern diesen Prozess zusätzlich. Die regelmäßige Zufuhr von basischem Salz oder hin und wieder eine Entsäuerungskur wirkt vorbeugend und hilft bei der Regulierung des Energiehaushalts, besonders bei einer Erkältung oder Grippe.

Bicarbonat in Verbindung mit Magnesiumchlorid ist ein unabdingbarer Faktor bei der Bildung von ATP in den Kraftwerken der Zellen, den Mitochondrien. Bicarbonat begünstigt das freie Magnesium, das nur in einem nicht-sauren Milieu biologisch verfügbar ist.

Auch Sportler können durch die Aufnahme von basischem Salz ihre Leistungen steigern. Milchsäure wird rascher abgebaut und die optimale Kraftanstrengung kann länger durchgehalten werden.

Wem und wann hilft basisches Salz ganz besonders?

- Älteren Menschen
- Menschen mit (vorübergehend) zu niedrigem pH-Wert im Blut (< 7,4)
- Sportlern
- Bei Erkältung, Grippe, Entzündungen und einem Kater

Basisches Salz ist nicht nur ein Heilmittel, sondern hat auch viele andere Anwendungsmöglichkeiten. Vom Geruchsentferner, Putzmittel oder Zartmacher für Fleisch bis hin zum Backtriebmittel.

Dosierung und Anwendung

Anwendung auf der Haut

200 Gramm für ein Vollbad (80 bis 100 Liter Wasser) und 40 bis 50 Gramm für ein Fußbad (ca. 4 Liter Wasser). Badezeit: mindestens 20 Minuten.

Bei der Verwendung zusammen mit Zechsal Magnesiumkristallen die Dosis um die Hälfte, also auf 100 Gramm beziehungsweise 20 Gramm reduzieren.

Tipp: Zunächst nur die Magnesiumkristalle mit dem warmen Wasser vermischen und dann erst das basische Salz zugeben. Bei gleichzeitigem Mischen kommt es zu einer Reaktion, die Luftbläschen entstehen lässt und die Wirkung herabsetzen kann.

Orale Einnahme

2,5 Gramm (einen halben Teelöffel) in ein Glas Wasser oder Wasser mit Zitronensaft geben und vermischen. Zweimal täglich auf nüchternen Magen oder vor einer Mahlzeit einnehmen. Die Dosis langsam aufbauen.

Die Einnahme von basischem Salz ist im Allgemeinen ohne Risiko. Oft ist der pH-Wert bereits ein guter Hinweis darauf, ob ein Mangel an basischem Salz vorliegt. Überdosierungen können Kopfschmerzen und Übelkeit hervorrufen. Eine lang andauernde Anwendung kann die Nieren und das Blasengewebe schädigen. Nicht verwenden bei einer natriumarmen Diät oder bei (gleichzeitiger) Einnahme von Antibiotika und Säurehemmern. Im Zweifel einen Arzt fragen.

Zusammensetzung von Zechsal Basisches Badesalz

Zechsal Basisches Badesalz besteht zu 99,9 % aus Natriumhydrogencarbonat (Natrii hydrogenocarbonas). Zechsal Basisches Badesalz ist von zertifizierter Qualität und enthält kein Aluminium.