

Micro Base

Micro Base ist in jeder Hinsicht das Basenpulver der allerneuesten Generation. Fehler, die bei der Rezeptur von Basenpulvern häufig gemacht werden, wurden hier absolut vermieden. Etwa die Verwendung von billigen Carbonaten, die der Körper nur sehr schwer verwerten kann. Oder die oft große Menge von Stoffen zur Geschmacksverbesserung wie Zucker, Zuckersüßstoffe und künstliche Aromen, die alles andere als gesundheitsförderlich sind.

Citrate statt Carbonate

Micro Base ist den natürlichen Basenspendern wie Obst und Gemüse nachempfunden und wird auch im Körper so verstoffwechselt. Es besteht aus organischen Calcium- und Magnesiumcitrat, im richtigen Verhältnis 2 zu 1. Mit einer Tagesdosierung lassen sich 50 % des Tagesbedarfs an diesen zwei besonders wichtigen Mineralstoffen decken.

Citrate sind der Rolls Royce unter den Mineralstoffen. Sie sind teurer, aber besser verwertbar als andere. Durch die zusätzliche Mikronisierung entsteht eine große innere Oberfläche, die die Aufnahme der Moleküle noch erleichtert. Das wichtigste Argument für die Verwendung von Citraten aber ist: wie Obst und Gemüse entfalten sie ihre basische Wirkung erst im Stoffwechsel. Die Magensäure wird nicht neutralisiert! Warum das wichtig ist, ist leicht erklärt.

Mineralstoffdefizite durch zuwenig Magensäure und vorgeschädigten Darm

Mit zunehmendem Alter, wenn Mineralstoffmangel immer mehr zum Gesundheitsthema wird, nimmt auch die Fähigkeit, Verdauungssäfte zu bilden, ab. Das betrifft die basischen Verdauungssäfte aber oft auch die Magensäure. Steht zuwenig Magensäure zur Verfügung, wird Eiweiß schlechter verdaut. Vor allem Calcium wird dann nur schwer oder nur ungenügend gelöst und kann nicht ausreichend verwertet werden.

Außerdem kann es durch die schlechte Eiweißverdauung zu Darmverschlackung kommen, die die Mineralstoffverwertung erst recht verschlechtert und das Darmmilieu schädigt (Fäulnisbildung). Die weitere Folge: Gesunde Darmbakterien und Immunsystem werden geschwächt, Fehlbesiedelungen wie Pilze oder bakterielle Belastungen können entstehen.

Micro Base folgt physiologischem Konzept

Auch in weiteren Punkten orientiert sich Micro Base an der natürlichen Basenversorgung wie sie durch Obst und Gemüse erfolgt. Das beigefügte gepufferte Vitamin C verhält sich ebenso wie die Citrate: es wirkt basisch im Stoffwechsel, die Säuren werden in Form von Kohlendioxid einfach abgeatmet. Durch das Vitamin C wird Calcium noch leichter verwertbar.



Dazu trägt ein sehr niedriger (natürlicher) Phosphorgehalt in Micro Base bei. Obst und Gemüse gelten aufgrund des niedrigen Phosphorgehalts als bessere Basenspenden als etwa Milch.

Reich an Ballaststoffen und Laktobazillen

Einen weiteren - indirekten - Beitrag zur besseren Mineralstoffversorgung leisten die vielen Ballaststoffe in Micro Base. Eine natürliche Ballaststoff-Basis aus Baobab (afrikanische Frucht), Aloe Vera, Grüntee-Extrakt und Akazienfaser sorgt dafür, dass der Darm ständig gereinigt wird, seine gesunden Bakterien das beste Milieu vorfinden und damit auch seine Fähigkeit zur guten Mineralstoffaufnahme gefördert wird.

Ballaststoffmangel ist neben Mineralstoffmangel eines der größten Probleme unserer Ernährung. Durch Ballaststoffmangel kann sich die Entgiftungs- und Entschlackungsfähigkeit verschlechtern, die Darmpassagezeit verlängern, Verstopfung, schlechte Cholesterinausscheidung, Allergien, Unverträglichkeiten, Darmdysbiosen, Infektanfälligkeit, erhöhtes Darmkrebsrisiko sind weitere mögliche Folgen.

Micro Base enthält neben präbiotischen Ballaststoffen eine relevante Menge an (probiotischen) Laktobazillen und ist darum als besonders „darmfreundliches“ Produkt vielfach für die Gesundheit förderlich.

Wie erwähnt, werden diese positiven Aspekte weder von Zucker, Zuckersüßstoffen oder künstlichen Aromen beeinträchtigt. Eine Tagesdosis enthält nur soviel Fructose wie ein halber Apfel. Laktose ist nicht enthalten. Auf Kalium und Natrium wurde im Hinblick auf Nierenschwäche oder Bluthochdruck verzichtet.

Auch fructosefrei erhältlich

Bei Fructoseunverträglichkeit gibt es auch eine fructosefreie Micro Base mit leicht veränderter Rezeptur. Hier werden zur Süßung Isomaltulose und Luo Han Guo verwendet. Isomaltulose ist ein natürlich vorkommender Süßstoff, der hervorragend verträglich ist. Er ist etwa auch im Honig in geringen Mengen enthalten und hat den Vorteil, dass er sehr langsam aufgenommen wird, den Insulinspiegel nicht belastet und nicht zur Kariesbildung beiträgt. Luo Han Guo ist ebenso ein bemerkenswerter Zuckersüßstoff – er wird aus einer Kürbisart gewonnen und ist kalorienfrei! Für Diabetiker geeignet.

Bewährte Kombinationen

Ein Tipp noch für alle, die an zuviel Magensäure leiden. Hier gibt es gute Erfahrungen mit dem Vulkanmineral „Klinoptilolith“.

Ist die Magenschleimhaut angegriffen, empfiehlt sich MSM, eine natürliche Schwefelverbindung.

Verfasserin:

Dr. Doris Ehrenberger