

Ganzheitliche Basenkur nach Dr. med. Ewald Töth

Das Säure-Basen-Gleichgewicht
als Quelle für körperliche Gesundheit,
seelische Ausgeglichenheit
und geistige Klarheit.



Bewusstsein - der Schlüssel zur ganzheitlichen Gesundheit



Der Mensch ist ein vielschichtiges Wesen aus Körper, Seele und Geist. So gesehen können Heilmittel allein den Menschen nicht gesund machen. Sie können aber »Mittel zum Heil« sein und auf dem Weg der Gesundung begleiten. Ganzheitlich betrachtet ist es zunächst von Bedeutung zu wissen, dass Krankheiten Informationen für uns bereithalten. Erst das Verstehen dieser Informationen gemeinsam mit der Bereitschaft für individuelle Veränderung sind die Basis, damit ärztliche, therapeutische und praktische Maßnahmen die Gesundung auf körperlicher, seelischer, emotionaler und geistiger Ebene unterstützen.

Biologisch und biochemisch betrachtet ist der Mensch ein überwiegend basisches Lebewesen. Ein großer Basenspeicher als funktionsfähiges Puffersystem bildet die Voraussetzung für die Aufrechterhaltung aller Lebensvorgänge. Hautgewebe ist von Natur aus basisch. Hautausscheidungen (Schweiß, usw.) können hingegen sauer sein. Deshalb erweist es sich aus ganzheitsmedizinischer Sicht als fachlich richtig, mit basischer Körperpflege die Säure-Basen-Balance der Haut zu unterstützen. Nahrungsergänzungsmittel und basische Körperpflege, welche auf den physiologischen Grundlagen des Lebens basieren, können die natürlichen Lebensprozesse unterstützen und die Gesundheit erhalten.

Die Wissenschaftliche Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung sieht ihre Aufgabe darin, den Menschen Wissen zu eröffnen und so Unbewusstes bewusst zu machen. In unterschiedlichen Seminaren werden entsprechende Fähigkeiten vermittelt, welche jedem Teilnehmer ermöglichen sollen, mit dem Körper verantwortungsvoll umzugehen, Emotionen zu verwandeln sowie mentale Stärke und geistige Klarheit ins tägliche Leben zu bringen. Eine Reihe von Fachinformationen für Gesundheitsinteressierte, Ärzte und Menschen in Gesundheitsberufen bieten Gelegenheit, sich in verschiedene Themenbereiche einzulesen und Aufschlussreiches zu erfahren. Die Akademie für Gesundheits- und Bewusstseinsbildung bietet zahlreiche Lehrvideos, Vorträge, Seminare und Fachinformationen sowohl für Gesundheitsinteressierte als auch für Ärzte, Heilpraktiker, Apotheker, PTA's, Drogisten und Kosmetiker sowie praktisch umsetzbares Wissen für ganzheitliches, therapeutisches Handeln. Sie kombinieren auf leicht verständliche Art und Weise medizinisches Wissen unterschiedlichster Fachdisziplinen mit empfehlenswerten Anwendungshinweisen.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lesezeit, die Sie motiviert, ganzheitliches Wissen zur Erhaltung des Wohlbefindens oder als Unterstützung zur Gesundung in die Tat umzusetzen

Dr. med. Ewald Töth

Medizinisch-Wissenschaftlicher Leiter der Akademie und der
Wissenschaftlichen Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung
www.quantenmed.at • www.dr-toeth.at

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, dass die in dieser Broschüre veröffentlichten Tipps eine ärztliche Beratung und Betreuung nicht ersetzen. Für die Behandlung von Beschwerden und Erkrankungen empfiehlt es sich auf jeden Fall, einen Behandler Ihres Vertrauens zu Rate zu ziehen. Eine Haftung des Herausgebers für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen. Diese Broschüre hat zum Ziel, komplexe physiologische Vorgänge im Organismus auf leicht verständliche Art für Gesundheitsinteressierte zu beschreiben.

Die ganzheitliche Basenkur nach Dr. med. Ewald Töth

INHALT

I)	Die Bedeutung der Säure-Basen-Regulation	4
II)	Der Mensch, das basische Wesen	5
III)	Grundlagen für ein Säure-Basen-Verständnis	5 – 6
IV)	Die Bedeutung des Säure-Basen-Gleichgewichts für unsere Gesundheit	6 – 7
V)	Die drei Schlüssel zum Verständnis der Wirkungen von Säuren in unserem Körper	7 – 10
VI)	Wie bringen Sie Ihren Säure-Basen-Haushalt in Ordnung?	10
VII)	Basen-Mineral-Mischung	10 – 12
VIII)	Eine Basen-Mineral-Mischung, aus ganzheitsmedizinischer Forschung entwickelt, sollte folgende Kriterien erfüllen	12 – 14
IX)	Eine nach ganzheitlichen Gesichtspunkten zusammengesetzte Basen-Mineral-Mischung kann Wirkung auf den Ebenen aller 8+1 Körpersäfte des Menschen zeigen	15 – 17
X)	Die Basen-Mineral-Mischung entsäuert alle 7 Gewebearten des Menschen	17
XI)	Die unterschiedlichen Wirkungen der verschiedenen Produktgruppen und ihr richtiger Einsatz	18
XII)	Die Wichtigkeit der Zufuhr von basischen Mineralstoffen und Wissenswertes über die Einnahme	19 – 20
XIII)	Die richtige Auswahl und Anwendung eines Basen-Mineral-Bades	21 – 26

Die ganzheitliche Basenkur nach Dr. med. Ewald Töth

1) Die Bedeutung der Säure-Basen-Regulation

In der ganzheitsmedizinischen Praxis zeigt es sich, dass physische Krankheiten und psychisches Unwohlsein mit körperlicher Übersäuerung einhergehen. Bei Müdigkeit, Energielosigkeit, Antriebsschwäche, Depressionen, Konzentrations- und Merkstörungen, kalten Händen und Füßen, Allergien, Gelenk- und Muskelschmerzen, Ekzemen, Haarausfall, Gastritis, Verstopfung und Durchfall ist grundsätzlich ein Absinken des gesamten Organismus in ein saures Milieu festzustellen. Aussagen wie „Ich bin sauer“ spiegeln die psychische und körperliche Realität wider.

Das Biotop Mensch

Wenn das Säure-Basen-Gleichgewicht gestört ist, treten vermehrt Parasiten wie Pilze, Darmegel, Würmer, Viren und schlechte Bakterien auf und die Infektanfälligkeit wird größer.

Wie Säuren auf unsere Lebensquelle Blut wirken, kann im Buch *„Der Hildegard-Aderlass nach Dr. Ewald Töth“* nachgelesen werden. ISBN: 978-3-9501834-1-2. Erhältlich im Buchhandel oder online bestellbar beim Licht-Quanten Verlag, verlag@licht-quanten.com, www.lichtquanten-verlag.at sowie bei www.lifelight.at oder www.natur-reform.com

Wie kommt es zu einer Übersäuerung im Körper?

Unsere **überraffinierte und denaturierte Nahrung** führt dem Körper täglich 80 – 90 % säurebildende Stoffe zu. Die meisten Nahrungsmittel wie z. B. Zucker, Süßstoffe, Süßspeisen, weißer Reis, Getreide, Milchprodukte, Käse, Brot, Fleisch, etc., die wir gewohnt sind zu uns zu nehmen, bilden im Körper belastende Säuren.

Auch ein **Zuviel an Fett** kann der Körper nicht verbrennen und hinterlässt Schlackenstoffe, Säuren und Schleim.

Eine **übermäßige Eiweißernährung** (zu viel Fleisch) führt zu einer erhöhten Harnsäurebildung und schmerzhaften Harnsäurekristallen im Bindegewebe und den Gelenken. Des Weiteren können aus dem Eiweißabbau ammoniakhaltige Stoffwechselgifte entstehen, die zur Schädigung des Darms und der Nieren führen können.

Bewegungsmangel vermindert die periphere Durchblutung und es kommt zu einem Säurestau, welcher Gefäßverengungen und kalte Gliedmaßen zur Folge haben kann.

Überanstrengungen (z. B. sportliche Überbeanspruchung) bewirken eine erhöhte Milchsäurebildung in den Muskeln und im Bindegewebe.

Zu flaches Atmen und eine schlechte Körperhaltung lassen zu wenig Raum, um entsprechend Sauerstoff aufnehmen zu können. Daher kommt es zu einem Überschuss an Kohlensäure (H_2CO_3).

Stressbelastungen und Angst bescheren dem gesamten Körper ein wahres Säurebad.

II) Der Mensch, das basische Wesen

Der überwiegende Teil allen Lebens stammt aus dem Meer. Zwei Drittel der Erdoberfläche bestehen aus dem „mineralstoffreichen Lebenswasser“ mit einem optimalen physiologischen pH-Wert. Ein Großteil der Menschen bezieht seine Nahrung und Heilmittel aus dem Meer.

Der Mensch ist biologisch und biochemisch gesehen ein basisches Wesen.

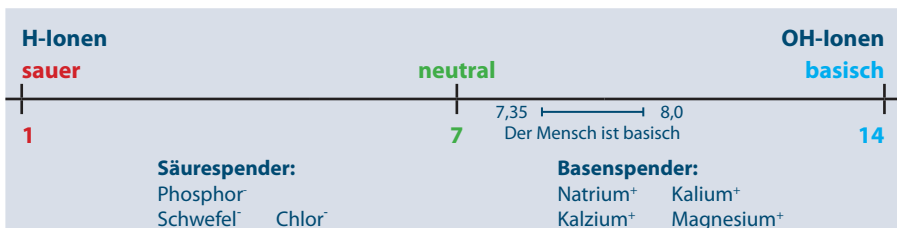
Das Blut ist – und muss – ständig basisch bleiben (pH-Wert 7,35 – 7,45). Bereits geringste Abweichungen würden sich lebensbedrohlich auswirken. Alle Zellen werden vom basischen Blut versorgt. Alle Körpersäfte werden aus dem basischen Blut gebildet. Das menschliche Leben entwickelt sich neun Monate lang in einem basischen Fruchtwasser mit einem pH-Wert von 8,0 – 8,5. Eine gesunde und abwehrkräftige Haut und ein funktionsfähiges Bindegewebe besitzt einen basischen pH-Wert von ca. 7,4.

III) Grundlagen für ein Säure-Basen-Verständnis

Wasser (H_2O) ist pH-Wert-neutral und besteht aus einem positiv geladenen Wasserstoff-Ion (H^+) und einer negativ geladenen OH^- Gruppe. Überwiegen in einer Lösung die freien H^+ Ionen, ist sie sauer, sind dagegen mehr OH^- Ionen frei, ist die Flüssigkeit basisch.

Der pH-Wert

Der pH-Wert (*potentia Hydrogenii* = die Kraft des Wasserstoffs) ist das Maß für die Konzentration der Wasserstoff-Ionen in einem Liter Lösung. Der pH-Wert wird auf einer logarithmischen Skala von 1 bis 14 dargestellt.



Eine neutrale, also weder saure noch basische Flüssigkeit mit dem pH-Wert 7,0 besitzt die gleiche Menge an sauren (H⁺) und basischen (OH⁻) Teilchen, wodurch ein neutrales Ganzes entsteht.

Der pH-Wert von Körperflüssigkeiten

Blut	7,35 – 7,45	Bindegewebsflüssigkeit	7,3 – 7,45
Bauchspeichel	8,8	Gehirnflüssigkeit	7,3 – 7,45
Mundspeichel	7,5 – 8,5	Zellflüssigkeit	7,3 – 7,45
Tränenflüssigkeit	7,5 – 8,3	Fruchtwasser	7,4 – 8,5
Gelenkflüssigkeit	7,3 – 7,45	Samenflüssigkeit	7,5 – 8,0

Der Magen mit einem stark sauren pH-Wert von 1,5 und das Vaginalsekret mit einem ebenfalls sauren pH-Wert von ca. 3,5 benötigen eine große Säure-Basen-Regulationsfähigkeit, um ihren natürlichen Säurewert aufrechterhalten zu können.

Übersäuerung stört die Säure-Basen-Regulation von Magen und Vagina. Die Folgen sind:

➔ Gastritis, Magengeschwüre, Entzündungen und Pilzbefall der Vaginalschleimhaut.

Eine gesunde Haut hat einen pH-Wert von 7,3 – 7,5

IV) Die Bedeutung des Säure-Basen-Gleichgewichts für unsere Gesundheit

Das Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Basis für alle Lebensvorgänge im gesamten Organismus. Erst dann, wenn dieses Gleichgewicht gegeben ist, werden alle Funktionen des Körpers wieder regulationsfähig.

Auch für den Einsatz von Therapien wie z. B. Homöopathie, Bachblüten-Therapie, Akupunktur, Magnetfeldtherapie, Massagen, Manualtherapie, etc. ist es erforderlich, dass das Körpergewebe sich nicht in einer Säurestarre befindet, weil all diese Behandlungen sonst nur vermindert oder gar nicht wirken können.

Ein optimaler Säure-Basen-Haushalt wird durch basische Mineralien (Natrium, Kalium, Magnesium und Kalzium) erreicht, wobei das Natrium den größten Stellenwert einnimmt.

Die körperliche Gesundheit ist von einem ausreichend vorhandenen basischen Mineralstoffdepot abhängig. Das Verhältnis der Kalzium/Magnesium- und Natrium/Kalium-Anteile muss genau stimmen. Bei alleiniger Einnahme z.B. von Kalzium wird Magnesium

vermehrt ausgeschieden und umgekehrt. Ein ausgewogenes Kalzium/Magnesium- und Natrium/Kalium-Verhältnis ist demnach die Grundvoraussetzung für eine optimale Funktion der Körperzellen.

Eine ganzheitsmedizinisch konzipierte Basen-Mineral-Mischung ist in der Lage, alle Arten von schädlichen Säuren zu neutralisieren und erreicht alle 8+1 Körpersäfte und 7 Gewebearten.

V) Die drei Schlüssel zum Verständnis der Wirkungen von Säuren in unserem Körper



Wenn die 3 Schlüssel der Säure-Basen-Regulation verstanden werden, wird klar, wie die meisten Krankheiten entstehen, was Sie tun können, um sie zu verhindern und wie Gesundheit wieder erlangt werden kann.



1.) Woher kommen die Säuren in unserem Organismus?

a) Säuren und Basen in unserer Nahrung

Grundsätzlich werden vier Gruppen von Nahrungsmitteln hinsichtlich ihres Einflusses auf unser Säure-Basen-Gleichgewicht unterschieden.

Basen liefernde Nahrungsmittel

Dazu zählen vor allem:

- Mineralwasser ohne CO₂
- Obst, Dörrobst
- Kartoffeln
- Gemüse (Wurzel-, Blatt- u. Wildgemüse)
- Gewürzkräuter wie Petersilie, Schnittlauch, Majoran, Thymian, Dille, Galgant, etc.
- Mandeln
- Algen

Neutrale Nahrungsmittel

Sie halten das Gleichgewicht zwischen Säuren und Basen. Dazu zählen:

- Leitungswasser
- Butter, Tofu, Schafsmilch
- Walnüsse, Erdnüsse
- Preiselbeeren
- Naturbelassene Öle (Olivenöl, Distelöl, Sonnenblumenöl)
- Vollkorngetreide, Honig
- Hülsenfrüchte

Säure-Erzeuger

Das sind Nahrungsmittel, die zwar selbst nicht säurehaltig sind, bei deren Verarbeitung im Stoffwechsel aber Säuren entstehen. Dazu zählen:

- Zucker
- Bohnenkaffee
- Zuckerhaltige Limonaden sowie Süßigkeiten wie Marzipan, Schokolade, Kuchen, Torten, Eiscreme, Bonbons, etc.
- Alkoholhaltige Getränke
- Alle geschälten oder polierten Getreideprodukte, also auch Graubrot
- Polierter Reis
- Weißmehlprodukte (Brötchen, Weißbrot, Toastbrot, Nudeln, Spätzle)

Säure-Lieferanten

Das sind Nahrungsmittel, die einen Überschuss an sauren Elementen (wie Schwefel, Phosphor, Chlor, Jod, Fluor, etc.) aufweisen. Teilweise werden durch deren Genuss im Stoffwechsel zusätzliche Säuren erzeugt. Auf diese Weise sorgt z. B. Fleisch für einen doppelten Basenverlust. Zu den Säure-Lieferanten zählen:

- Alle Fleischsorten inklusive Wild, Fleischbrühe
- Fisch und Meeresfrüchte
- Eier (nur der Dotter ist basisch)
- Käse (besonders Schmelzkäsesorten), Topfen
- Innereien (Leber, Herz, Nieren, Bries, Hirn)
- Hochprozentiger Alkohol
- Milch und Milchprodukte
- Obst- und Gemüsekonserven
- Medikamente, Nikotin
- Stress, Depressionen, Ärger, Schlafmangel, Bewegungsmangel und Leistungssport

b) Die Entstehung von Säuren im Körper

- Harnsäure entsteht aus → Fleisch und körpereigenem Zellabbau
- Chinasäure, Kaffeesäure, Chlorogensäure sind enthalten in → Kaffee
- Essigsäure entsteht beim Verstoffwechseln von → Kohlenhydraten, Süßwaren u. Fetten
- Schwefelsäure entsteht besonders beim Verstoffwechseln von → Schweinefleisch
- Salzsäure entsteht durch → Stress, gestaute Emotionen, Angst und Ärger
- Milchsäure wird in den Muskeln produziert durch → körperliche Anstrengung
- Verschiedenste Säurearten sind enthalten in → Medikamenten
- Oxalsäure ist enthalten in → Rhabarber und Spinat
- Gerbsäure ist enthalten in → schwarzem und grünem Tee
- Salpetersäure ist enthalten in → gepökelten Wurstwaren
- Kohlendioxid, Schwefelsäure u. Kohlenmonoxid sind enthalten in → Zigarettenrauch



2.) Wie reagiert der Körper auf diese Säuren?

Im Organismus anfallende Säuren und Gifte müssen sofort neutralisiert werden, da sie sonst irreversible und lebensbedrohliche Schäden anrichten würden. Die Neutralisierung erfolgt durch die Bereitstellung von basischen Mineralstoffen wie Natrium, Kalium, Kalzium und Magnesium. Da der Körper diese basischen Mineralstoffe nicht selbst erzeugen kann, müssen sie zugeführt oder aus körpereigenen Mineralstoffdepots entnommen werden. Gesundes Körpergewebe beinhaltet reichlich Mineralien in der Haut, den Haaren, Zähnen, Nägeln, Knochen, Knorpeln, Sehnen, Gefäßen und im Blut.



Eine ganzheitsmedizinisch konzipierte Basen-Mineral-Mischung neutralisiert die Säuren und verhindert, dass lebenswichtige Mineralstoffe aus dem körpereigenen Gewebe entnommen werden.



3.) Durch chronische Übersäuerung können sich folgende drei Krankheitsbilder entwickeln

Mineralstoffmangelkrankheiten

Diese entstehen, wenn zu viele Mineralien aus den Depots entnommen werden.

→ Haarausfall, Karies, Parodontose, Varizen, Bandscheibenleiden, Leistenbrüche, Falten, Osteoporose, Arthrose, etc.

Ausscheidungskrankheiten

Durch Überforderung der Entgiftungsorgane wie Nieren und Darm werden Gifte vermehrt über Haut und Schleimhäute ausgeschieden.

☞ Zahnplaque, Akne, eitrige Mandeln, Ekzeme, Furunkel, Karbunkel, Allergien, Schuppenflechte, Ulcus Cruris, Fuß- und Handschweiß, etc.

Ablagerungskrankheiten

Fallen mehr Giftstoffe an als ausgeschieden werden kann, lagert der Körper diese als Schlackenstoffe in den Organen und im Gewebe ab.

☞ Arteriosklerose, Gallensteine, Nierensteine, Blasensteine, Rheuma, Gicht, Schlaganfall, Herzinfarkt, Altersflecken, Zahnstein, etc.

VI) Wie bringen Sie Ihren Säure-Basen-Haushalt in Ordnung?

- **Sport und Bewegung** mit entsprechenden **Ruhephasen** wirken sich günstig auf die Säure-Basen-Regulation aus.
- **Freie, aufrechte Körperhaltung** ermöglicht eine tiefe **Bauchatmung**. Säure (CO₂) wird abgeatmet, basisch wirkender Sauerstoff eingeatmet.
- Der **Aderlass nach Hildegard von Bingen** entgiftet und entsäuert das Blut auf direkte und natürliche Weise (siehe Buch „Der Hildegard-Aderlass nach Dr. Ewald Töth)
- Die **Schröpftherapie** entsäuert das Bindegewebe und reguliert die Körpersäfte.
- Eine **Darmsanierung** garantiert eine umfassende Entgiftung des gesamten Körpers (siehe Literaturverzeichnis am Ende der Broschüre).
- **Gesunde Ernährung**: 70 % sollten basisch und 30 % sauer sein
- Verwendung von **basischen Körperpflegeprodukten** mit einem pH-Wert von 7,5 – 8,5
- Regelmäßige Einnahme einer **ganzheitsmedizinisch konzipierten Basen-Mineral-Mischung** (Beachten Sie den Unterschied zu Basenpulvern - siehe Seite 18, Kapitel XI)

VII) Basen-Mineral-Mischung

Eine aus ganzheitsmedizinischer Forschung entwickelte Basen-Mineral-Mischung ist in der Lage, alle 8+1 Körpersäfte und alle 7 Gewebearten des menschlichen Körpers zu entsäuern und ein stabiles Säure-Basen-Gleichgewicht herzustellen. Eine medizinisch wirksame Basen-Mineral-Mischung ist kein Basenpulver, das nur Säuren neutralisierende Funktion hat, sondern eine ganzkörperlich Säure-Basen regulierende Wirkung aufweist.

Meistens wird der Unterschied zwischen einer Basen-Mineral-Mischung und einem Basenpulver nicht erkannt!

- Ein **Basenpulver** ist ein Pufferstoff zum Neutralisieren von Säuren.
- Eine **Basen-Mineral-Mischung** ist ein Säure-Basen-Regulans.
 - Sie ist in der Lage, eine **Säure-Basen-Regulation** durchzuführen,
 - das **Säure-Basen-Gleichgewicht** herzustellen und
 - den **Säure-Basen-Haushalt** zu erhalten.

Das sind drei verschiedene wichtige physiologische Funktionen, die eine medizinisch wirksame Basen-Mineral-Mischung erfüllen kann. Näheres lesen Sie in der Fachinformation "**Grundlagen einer medizinisch wirksamen Säure/Basen-Regulation**", erhältlich auf Anfrage per Mail an akademie@licht-quanten.com

Basen-Mineral-Mischung



Säure-Basen-Regulans

- Reguliert die Magensäure auf ein richtiges Maß
- Verhindert die vollständige Neutralisierung der Magensäure
- Rascher Wirkungseintritt
- Desinfizierende Funktion des Magens (HCl) bleibt erhalten
- Erhält die Eiweißverdauung
- Bindet Ammoniak
- Entgiftet u. reguliert alle 8+1 Körpersäfte
- Entsäuert alle 7 Gewebearten des gesamten Körpers

Basenpulver



Pufferlösung

- Neutralisiert die Magensäure
- Hat keine Säure-Basen regulierende Wirkung
- Beseitigt kurzfristig Sodbrennen
- Reduziert die Desinfektion des Magens → Helicobacter Entwicklung
- Hemmt die Eiweißverdauung
- Fördert Wachstum von krankhaften Magenkeimen
- Gelangt nicht in alle Körpersäfte
- Erreicht nicht alle Gewebearten des Körpers

Eine Basen-Mineral-Mischung reguliert die Magensäure auf ein richtiges Maß und verhindert die vollständige Neutralisierung der Magensäure.

Eine Basen-Mineral-Mischung soll aus natürlichen, basischen Mineralien so zusammengestellt sein, sodass eine optimale Säure-Basen-Regulation und eine große Pufferwirkung (Säureneutralisierung) entstehen kann. Diese Mineralstoffe kommen in bestimmten organischen und anorganischen Salzverbindungen vor.

Ein Beispiel für eine Säureneutralisierung:

Kalziumcarbonat wandelt giftige Schwefelsäure in das körperverträgliche Sulfat (SO_4), zu Wasser und Kohlendioxid um. Diese Produkte können gefahrlos ausgeschieden werden.

Durch die regelmäßige Einnahme einer Basen-Mineral-Mischung kann dafür Sorge getragen werden, dass sämtliche Säuren, die immer wieder im täglichen Stoffwechsel oder aufgrund von Stressbelastungen anfallen, entsprechend neutralisiert und dann gefahrlos über die Nieren und den Darm ausgeschieden werden können.

Allerdings hat nicht jedes Basenpulver, welches aus Mineralien besteht, eine heilende und ausreichend Säuren neutralisierende Wirkung. In langjähriger ganzheitsmedizinischer Forschungstätigkeit konnte Dr. med. Ewald Töth wichtige Kriterien für eine auf allen Ebenen funktionierende Basen-Mineral-Mischung entwickeln.

VIII) Eine Basen-Mineral-Mischung, aus ganzheitsmedizinischer Forschung entwickelt, sollte folgende Kriterien erfüllen:

- ✓ Sie soll basische Mineralverbindungen mit einer breiten Pufferwirkung (Säureneutralisierung) und regulativen Wirkung enthalten. Die Zusammensetzung der einzelnen Bestandteile sollte ausgewogen sein. Wenn z. B. Kalzium und Magnesium im richtigen Verhältnis enthalten sind, können diese wichtigen Mineralien aufgrund der basenregulierenden Wirkung in den Knochen eingebaut werden. Eine isolierte Einnahme von Kalzium oder Magnesium führt jedoch zu Kalzium- oder Magnesiumverlust und ist wirkungslos bei der Behandlung von Osteoporose. Ebenso kann ein übersäuerter Körper kein Kalzium in den Knochen einbauen, weil erst die Säuren neutralisiert werden müssen. Fehlt z. B. Natrium, gelangt ein Basenpulver nicht in die Zellen und kann die Gewebearrieren nicht durchdringen.
- ✓ Sie muss die für den Zellatmungsstoffwechsel (Natrium-Kalium-Zellpumpe) lebenswichtigen Mineralien Natriumhydrogencarbonat und Kaliumcitrat enthalten.
- ✓ Sie muss frei von Natriumchlorid (Kochsalz) sein → kann daher auch problemlos bei Nierenerkrankungen und Bluthochdruck eingenommen werden.
Sie muss frei von Chrom, Nickel und Aluminium (Zeolith → hohes Allergierisiko sowie Intoxikationsmöglichkeit) sein.
- ✓ Das Verhältnis der Mineralien Natrium/Kalium (Na/Ka) und Kalzium/Magnesium (Ca/Mg) zueinander soll so abgestimmt sein, dass eine Langzeitwirkung erreicht wird. Eine 100%ige Resorptionsfähigkeit (Aufnahmefähigkeit) über den Magen-Darm-Trakt soll gewährleistet sein.
- ✓ Sie soll keine chemischen Geschmacks- und Aromastoffe wie z. B. Aetheroleum citricum, etc. enthalten (diese belasten das Immunsystem und führen zu Allergisierung).

- ✓ Sie soll weder Laktose (Milchzucker → Allergiegefahr!) noch Milchsäurebakterien (Lactobacillus acidophilus), Vitamine oder Spurenelemente enthalten, da die Säure-Basen-Regulationsvorgänge durch diverse Zusatzstoffe unnötig belastet werden und die „basische Wirkung“ darunter leidet. Außerdem benötigt eine Mischung ohne Darmbakterien keine Kühlung, ist dadurch unbegrenzt haltbar und kann bedenkenlos auf Reisen mitgenommen werden. Vitamine, Spurenelemente und Darmflora-Präparate können jedoch jederzeit separat eingenommen werden, und zwar im Abstand von mind. 15 Minuten zur Einnahme der Basen-Mineral-Mischung.
- ✓ Sie soll auch keinen Molkezusatz enthalten, da 85 % der Menschen unter einer verdeckten Milcheiweißunverträglichkeit leiden.
- ✓ Sie muss in der Lage sein, alle biochemisch unterschiedlichen Säuren, die durch den Stoffwechsel anfallen, zu neutralisieren.
- ✓ Sie darf nicht in die unteren Darmabschnitte gelangen, um einen optimalen Darm-pH-Wert zu gewährleisten.
- ✓ Sie soll frei von künstlichen Geschmacksstoffen (Sorbit, Mannitol etc.) sein, denn diese belasten das Immunsystem und können zu einer Allergisierung führen.

Fazit



Eine Basen-Mineral-Mischung, welche frei von ungünstigen Zusatzstoffen (Vitaminen, Spurenelementen wie z. B. Selen, Geschmacksstoffen, div. Zuckerarten etc.) ist, gelangt in alle 7 Gewebearten des menschlichen Körpers (Hautgewebe, Stütz- und Bindegewebe, Muskulatur, Knochen, Knorpel-, Fett- und Nervengewebe) und stellt dort die lebensnotwendigen Mineralien zur Verfügung. Darüber hinaus kann diese Mischung auch sämtliche Gewebefilter passieren und erreicht somit alle 8+1 Körpersäfte des Menschen.

Durch ein aufwändiges Verfahren ist es möglich, bestimmte Mineralien mit Sonnenlichtenergie (Licht-Quanten) anzureichern. Licht-Quanten aktivierte Mineralien führen dem Körper eine hohe Energie zu. Es kommt zu einer Erhöhung des Energiepotentials der Zellen und zur Optimierung der biochemischen Energiereserven (durch Umwandlung von Adenosin-Di-Phosphat in das hochenergetische, speicherbare Adenosin-Tri-Phosphat).

Eine mit Sonnen-Licht-Quanten angereicherte Basen-Mineral-Mischung erhöht die Energiereserven und führt zu einer anhaltenden Vitalität.

Die ganzheitsmedizinisch konzipierte Basen-Mineral-Mischung unterstützt neben der Säure-Basen-Regulation noch viele weitere Funktionen im Körper

Wenn die Mineralien in einem bestimmten Verhältnis zueinander und in der richtigen Mischung von organischen und anorganischen Verbindungen vorliegen, können sie wichtige immunologische und physiologische Funktionen übernehmen.

Kalzium	<ul style="list-style-type: none"> • stärkt das Immunsystem u. schützt vor allergischen Entgleisungen
Magnesium	<ul style="list-style-type: none"> • schützt das Immunsystem vor Überreaktion
Natrium und Kalium im richtigen Verhältnis	<ul style="list-style-type: none"> • halten das Zellmembranpotential aufrecht • stärken und regulieren damit die Zellaktivität
Zink	<ul style="list-style-type: none"> • fördert den Knochen- und Muskelaufbau sowie das Wachstum • kräftigt Knochen, Haare und Nägel • immunstärkende und antioxidative Wirkung • entzündungshemmend und wundheilend • ermöglicht die Bildung von 300 Enzymen mit ihren tausenden Aufgaben
Zitronensäure	<ul style="list-style-type: none"> • verhindert Fäulnis im Magen und Darm • löst Nierensteine auf (Calciumoxalat- und Harnsäuresteine → kommen zu 80 % vor) • bindet Gifte wie Ammoniak im Magen, Darm und Blut • hält das Blut flüssig • wandelt das wasserunlösliche Calciumcarbonat in das wasserlösliche Calciumhydrogencarbonat um → Sprudeleffekt

Eine Basen-Mineral-Mischung, welche unter Berücksichtigung der genannten Kriterien hergestellt wird, liefert dem Zwölffingerdarm das optimale basische Milieu für die Resorption der lebenswichtigen Aufbaustoffe und wird dort ins Blut aufgenommen. Dadurch kommt es zu einer Erhöhung des lymphatisch assoziierten Immunsystems. Die Mineralien können somit auch dorthin gelangen, wo sie gebraucht werden. So kommt es z. B. zu einer tatsächlichen Einlagerung des Kalziums in die Knochen, wodurch diese gestärkt werden und auf diese Weise einer Osteoporose vorgebeugt wird.

Eine funktionsfähige Basen-Mineral-Mischung darf auf keinen Fall Natriumchlorid enthalten, sondern stattdessen das wertvolle Natriumhydrogencarbonat.

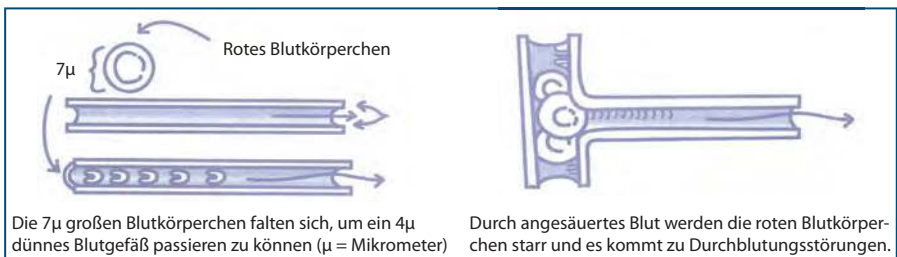
IX) Eine nach ganzheitlichen Gesichtspunkten zusammengesetzte Basen-Mineral-Mischung kann Wirkung auf den Ebenen aller 8+1 Körpersäfte des Menschen zeigen



Blut

... wird durch die Säure-Basen-Regulation flüssiger und die roten Blutkörperchen werden elastischer. Das Blut erhält wieder die volle Puffer- und Sauerstoffkapazität. Dadurch wird die Durchblutung verbessert, was Schutz und Prävention in Bezug auf Thrombosen, Herzinfarkt und Schlaganfall bedeutet.

Die roten Blutkörperchen transportieren Sauerstoff zu den Zellen und leiten von dort Gifte ab. Da die kleinen Blutgefäße nur einen Durchmesser von 4 Mikrometern (4μ) haben, ein rotes Blutkörperchen jedoch einen von 7 Mikrometern (7μ) aufweist, muss es sich entsprechend verformen, um durch die kleinen Kapillargefäße zu den Zellen gelangen zu können.



Blut mit einer verminderten Basenkapazität verursacht eine Starre der Erythrozyten (roten Blutkörperchen) und in der Folge eine mangelnde Durchblutung. Die entsprechenden Symptome sind ➔ Müdigkeit, Merkstörungen, Vergesslichkeit, Konzentrationsstörungen, Gereiztheit, Mangelversorgung verschiedener Organe sowie von Haut-, Gewebe- und Bindegewebsbereichen, Muskelschmerzen, Verspannungen, usw.

Lymphhe

Der Lymphfluss wird aktiviert und die Abwehrmechanismen in den Lymphknoten werden stimuliert. Mineralien und physiologische Stoffwechselsalze halten die Lymphe flüssig.

Die natriumreiche, extrazelluläre Flüssigkeit (Flüssigkeit außerhalb der Zelle) nährt die Haut, umspült die Zellen, das Bindegewebe und die Muskulatur. Ein basisches Milieu fördert die Kollagenbildung in der Haut und im Bindegewebe. Kalium befindet sich vermehrt innerhalb der Zelle. Das Bindegewebe wird entgiftet und elastischer. Juckreiz und allergische Reaktionen werden vermindert. Histamin freisetzende Mastzellen werden stabilisiert und Histaminsäure wird neutralisiert. 70 % der extrazellulären Flüssigkeit bestehen aus Natrium.

Gelenkflüssigkeiten

Durch die spezielle Zusammensetzung einer Basen-Mineral-Mischung gelangen die Mineralien auch in die Gelenkflüssigkeiten, neutralisieren dort Säuren und lösen kristalline Einlagerungen auf, welche Entzündungen verursachen können. Die Gleitfähigkeit der Gelenkflüssigkeit bleibt erhalten bzw. wird wieder hergestellt, wodurch eine Abnützung der Knorpelflächen in den Gelenken verhindert wird (Gicht, Rheuma, PCP, Arthritis, Arthrose).

Rückenmarks- und Gehirnflüssigkeit (Liquor)

Der basische pH-Wert sorgt für eine gesunde Nerventätigkeit und optimale Gehirnfunktionen – man wird psychisch klarer, geistig heller und die Denkleistung sowie der Gehirnstoffwechsel werden verbessert (Serotoninmangel führt z. B. zu Depressionen).

Drüsensäfte

Speichel: Durch die Einnahme einer Basen-Mineral-Mischung wird der Speichel-pH-Wert auf ca. 7,5 angehoben. Alle Enzyme, die Kohlenhydrate verdauen, werden aktiviert, schützende Mikroorganismen neutralisieren Krankheitserreger und verhindern so Parodontose, Karies und Mundgeruch.

Die Bauchspeicheldrüsensäfte erhalten mehr Pufferkapazität zur Neutralisierung des sauren Magensaftes. Sie fördern die Verdauung durch eine optimale Enzymfunktion und verhindern Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre (Enzyme benötigen einen ganz

bestimmten pH-Wert, um aktiv werden zu können). Dank eines optimalen Säure-Basen-Verhältnisses kommt es zu einer besseren Fettverdauung.

Schweiß wird geruchsneutral.

Talg bleibt flüssig. Dadurch werden Stauungen vermieden und die Talgdrüse kann sich besser entleeren (→ weniger Hautunreinheiten).

Tränen- und Augenflüssigkeit: Eine basische Tränenflüssigkeit enthält viele schützende mikrobiologische Abwehrmechanismen und hat daher eine hohe reinigende und abwehrstärkende Wirkung. Kontaktlinsen werden besser vertragen. Augenentzündungen, Juckreiz und trockene Augen können vermieden werden.

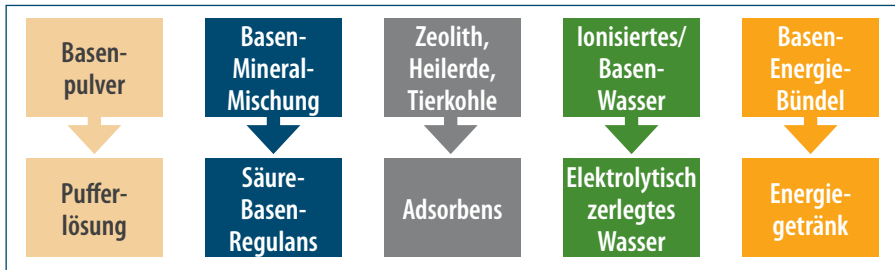
Bei Glaukom (Grüner Star → Erhöhung des Augeninnendrucks): Eine basische Augenflüssigkeit wirkt entkrampfend auf die Augenmuskeln. Die Augenflüssigkeit kann besser zirkulieren, der Augeninnendruck wird reguliert.

Bei Katarakt (Grauer Star): Aufgrund einer chronisch säurebelasteten Augenflüssigkeit kann eine Linsentrübung beschleunigt werden. Durch Säure-Basen-Regulation kann der pH-Wert der Augenflüssigkeit optimiert und dadurch wieder ein gesunder Linsenstoffwechsel erreicht werden.

X) Die Basen-Mineral-Mischung entsäuert alle 7 Gewebearten des Menschen



XI) Die unterschiedlichen Wirkungen der verschiedenen Produktgruppen und ihr richtiger Einsatz



Basenpulver

- Ist eine Pufferlösung
- Führt dem Körper Mineralstoffe zu
- Neutralisiert die Magensäure
- Beseitigt kurzfristig Sodbrennen
- Hemmt die Verdauungsenzyme
- Hemmt die Eiweißverdauung
- Vermindert die Desinfektion des Magens
- Fördert das Wachstum von krankhaften Magenkeimen

Basen-Mineral-Mischung

- Ist ein Säure-Basen-Regulans
- Reguliert die Magensäure auf ein richtiges Maß
- Verhindert die vollständige Neutralisierung der Magensäure
- Fördert die Verdauung
- Bindet Ammoniak
- Erreicht alle 8+1 Körpersäfte u. 7 Gewebearten
- Verhindert die Schwermetallausleitung und Schwermetalleinlagerung

Zeolith, Heilerde, Tierkohle

- Sind ein Adsorbens (das sind Stoffe, die durch ihre große Oberfläche eine gute Saugfähigkeit besitzen)
- Binden Gifte nur im Magen und Darm
- Leiten Schwermetalle aus
- Binden die Magensäure, Enzyme und Verdauungssäfte
- Verhindern die Eisenaufnahme
- Sind ein Eisen- und Basenräuber
- Sind kein Säure-Basen-Regulans
- Vermindern die Desinfektionsfunktion des Magens
- Sollten nur kurzfristig eingesetzt werden
- Achtung: Zeolith enthält Aluminium

Ionisiertes Wasser, Basenwasser

- Elektrolytisch zerlegtes Wasser
- Wird von der Industrie verwendet
- Kein hochwertiges Trinkwasser
- Keine Wirkung auf Säure-Basen-Regulation, Säure-Basen-Haushalt und -Gleichgewicht
- Keine Pufferwirkung

Basen-Energie-Bündel

- Ist ein Energiegetränk mit 4 Energiequellen
- Energiezufuhr für Gehirn und Muskulatur
- Verhindert übermäßige Insulinausschüttung
- Erhöht d. Fettverbrennung
- Erhält d. Energiereserven
- Verhindert Muskelabbau

Weitere Informationen finden Sie in der Fachinformation „**Grundlagen einer medizinisch wirksamen Säure/Basen-Regulation**“ (anzufordern per Mail an akademie@licht-quanten.com) sowie in den Gesundheitsratgeben zum Zeolith und Basenwasser unter www.quantenmed.at



XII) Die Wichtigkeit der Zufuhr von basischen Mineralstoffen und Wissenswertes über die Einnahme

Basische Mineralstoffe sollten zwecks Entsäuerung und als Quelle für die Versorgung mit lebensnotwendigen Mineralien regelmäßig eingenommen werden. Sie ist gleichermaßen geeignet für Säuglinge, Kleinkinder, Jugendliche, Erwachsene (Schwangere und Stillende), kranke Personen (Allergiker und sehr empfindliche Menschen) und besonders wichtig für Leistungssportler.

2 x täglich → 1 Messlöffel

Regelmäßig als Nahrungsergänzung zur Erhaltung der Gesundheit und Vitalität.

2 x täglich → 1 Messlöffel

Bei ...

- Schwangerschaft und in der Stillzeit
- Kindern in der Wachstumsphase
- erhöhter Stressbelastung und Bewegungsmangel, Stressintoleranz
- körperlicher Belastung u. erhöhter sportlicher Betätigung, Muskelverspannungen
- Darmsanierung, Darmreinigung und Heilfasten
- Gewichtsreduktion und körperlichem Aufbau, Diabetes
- erhöhtem Cholesterin- und Harnsäurespiegel
- Erkrankungen wie Rheuma, Arthritis, Arthrose, Neurodermitis, Psoriasis, Allergien
- Gastritis, Colitis, Verdauungsstörungen (Durchfall und Verstopfung)
- Schmerzzuständen, zu hohem oder zu niedrigem Blutdruck
- Augenerkrankungen
- Haarausfall
- chronischer Müdigkeit, Schlafstörungen, Wetterfühligkeit, Wechselproblemen
- erhöhter Transpiration
- Medikamenteneinnahme
- Nach Herzinfarkt oder Schlaganfall sowie zur Prophylaxe

3 x täglich → 1 Messlöffel

Bei ...

- Osteoporose
- Wundheilungsstörungen, Knochenbrüchen
- regelmäßiger Einnahme von Cortison, Antibiotika, Immunsuppressiva
- Leistungssport, erhöhter Stressbelastung
- Chemotherapie
- nach Narkosen und Operationen

Dosierung für Kinder:

½ bis 1 gestrichener Messlöffel

Dosierung für Kleinkinder:

¼ bis ½ gestrichener Messelöffel

Einnahmemodus:

Einen Messlöffel in $\frac{1}{4}$ L Wasser, Saft, Tee oder Suppe einrühren (kalte od. warme Flüssigkeit, nach Möglichkeit keinen Metalllöffel verwenden). Vor dem Trinken gut aussprudeln lassen.

Optimalste Zubereitung: Einen Messlöffel zunächst in warmem bzw. heißem Wasser ($\frac{1}{3}$ der Gesamtwassermenge) zur Gänze auflösen und gut aussprudeln lassen. Danach mit Wasser oder Tee (kalt oder warm) bis zu insgesamt mindestens $\frac{1}{4}$ Liter auffüllen.



Die Verwandlung von anorganischen Salzen in lösliche Salzverbindungen erfolgt im Magen durch die Magensäure sowie durch die Zitronensäure in der Basen-Mineral-Mischung nach Dr. Ewald Töth®. Diese Verwandlung findet bereits im Glas statt – deutlich zu sehen als Sprudeleffek – und entlastet dadurch den Magen.

Hinweis: Wird die zubereitete Basen-Mineral-Mischung nicht sofort getrunken, sollte sie vor dem Verzehr erneut aufgerührt werden.



*Sprudeleffekt
beim Anrühren
im Glas*



Günstige Einnahmezeiten:

Den ganzen Tag über. Halten Sie aber unbedingt mind. 30 Minuten Abstand (vorher oder nachher) zu einer etwaigen Mahlzeit. Die Einnahme ist auch gleich nach dem Aufstehen auf nüchternen Magen und/oder abends vor dem Schlafengehen möglich.

Die pH-Wert Messung:

Die Messung erfolgt mittels pH-Wert-Messstreifen, erhältlich in der Apotheke oder im gut sortierten Reformhaus. Der pH-Wert lässt sich im Speichel und Harn messen.

Die Messung des **Speichel-pH-Wertes** sollte nüchtern (auch kein Wasser vorher trinken!) am besten morgens oder während des Tages mit einem mind. einstündigen Abstand zu Mahlzeiten und Getränken durchgeführt werden. Der richtige Speichel-pH-Wert beträgt 7,5 - 8,5 und sollte tagsüber nie unter 7,5 sinken.

Für die Messung des **Harn-pH-Wertes** sollte gleich nach dem Aufstehen der Mittelstrahl des Erstharns nüchtern getestet werden. Hier sind mehrere Messungen pro Tag notwendig – gegen Mittag, am Nachmittag und am Abend. Der normale Harn-pH-Wert sollte zw. 6,8 - 7,5 liegen. Der Harn-pH-Wert schwankt über den Tag. Morgens werden Säuren ausgeschieden, daher wird er meist sauer sein (< 7). Nach basischer Kost wird er in den basischen Bereich gehen. Wichtig ist, dass der pH-Wert im Tagesverlauf zw. sauren und basischen Werten schwankt.



Die Messung: Messstreifen einige Sekunden mit Speichel od. Harn benetzen und mit der dazugehörigen Farbskala innerhalb von 30 – 60 Sek. Einwirkzeit vergleichen.

XIII) Die richtige Auswahl und Anwendung eines Basen-Mineral-Bades

Basische Körperpflege schafft die Grundlage für Vitalität und Gesundheit. Schon die alten Ägypter und Römer verwendeten alkalische Bäder. Stuten- und Eselsmilchbäder werden wegen der darin reichlich enthaltenen Mineralien seit jeher für Schönheit und Gesundheit verwendet. Badekuren am Toten Meer werden in vielen Ländern von den Krankenkassen bezahlt. Neurodermitis- und Psoriasis-Betroffene sowie an anderen Hauterkrankungen Leidende finden durch Sonne und Meer Linderung und Heilung.

Ein auf ganzheitsmedizinischer Grundlagenforschung basierendes Basen-Mineral-Bad sollte Meersalz mit höchstem Reinheitsgrad (inklusive reichlich natürlich vorkommender Spurenelemente) sowie ausgewählte basische Mineralien enthalten. Die Salzkristalle sollten heliotechnisch mit Sonnenlicht aktiviert werden. Dadurch werden die Salzkristallmoleküle energetisch in besonderem Maße aufgeladen, wodurch die Elektronen in eine höhere energetische Schale überwechseln können. Die Kristallstruktur erfährt auf diese Weise eine höhere geometrische Ordnung und Wirkkraft. Durch die Auflösung im Wasser wird die gespeicherte Sonnen-Licht-Quanten-Energie frei und die heilende Kraft der Sonne kann von den Zellen aufgenommen werden. Die Mitochondrien (Energiekraftwerke der Zellen) können Licht-Quanten direkt aufnehmen und als biochemische Energie (ATP = Adenosin-Tri-Phosphat) speichern. Durch die Anwendung eines Basen-Mineral-Bades erhalten Sie einen hohen Energieanteil an Licht-Quanten. Sie kennen sicher das Gefühl von erhöhter Vitalität, das nach einem Sonnentag am Meer spürbar ist. Entwicklungsgeschichtlich interessant ist die Tatsache, dass die prozentuelle Elektrolytverteilung in der extrazellulären Flüssigkeit des menschlichen Körpers der des Meerwassers gleicht.

Entgiftungs- und Heilungsvorgänge im Körper benötigen reichlich Energie in Form von ATP. Details dazu lesen Sie in der Broschüre „**Licht-Quanten-Medizin**“, zum Download unter www.quantenmed.at, sowie im Buch von Dr. Ewald Töth „**Die biophysikalischen Grundlagen der Licht-Quanten Medizin**“, ISBN: 978-39501834-6-7, bestellbar per Mail an verlag@licht-quanten.com.



*Eine basische Haut
ist eine gesunde Haut.
Eine gesunde Haut
ist eine schöne Haut.*

Dr. med. Ewald Töth

Kennen Sie den Unterschied zwischen der Wirkung eines Solebades, eines Basenbades und eines Licht-Quanten aktivierten Basen-Mineral-Bades?

Solebad

Ein Solebad entsteht aus Natriumchloridsalz → ist ein Meer- oder Steinsalz

Vorteile: + wirkt desinfizierend und desodorierend

Nachteile:

- bei einem reinen Solebad wird dem Körper Wasser entzogen → wirkt somit dehydrierend, hautaustrocknend und kann Hautreizungen verursachen
- kann keine Säuren neutralisieren → Salz besteht aus einem basischen, positiv geladenen Mineral und einer negativ geladenen Säure. In Verbindung ist Salz somit elektrisch neutral und kann deshalb keine Säuren binden.

Basenbad

Vorteile:

- + Basenbäder bestehen aus basischen Mineralstoffen und wirken durch den höheren pH-Wert säureausleitend und säureneutralisierend.
- + Basische Mineralien sind positiv geladen und können die negativ geladenen Säuren aus dem Körper ziehen und binden.
- + desodorierende Wirkung

Nachteile:

- enthalten keine Energie
- keine desinfizierende Wirkung

Licht-Quanten aktiviertes Basen-Mineral-Bad

... besteht aus einer Kombination aus basischen Mineralien und Meersalz. Die Mineralstoffe und Salze sind mit einem speziellen Verfahren mit Sonnen-Licht-Quanten aktiviert und mit Sonnenenergie aufgeladen.

Vorteile:

- + die Mineralstoffe wirken säureausleitend, säureneutralisierend und desodorierend
- + das Meersalz wirkt desinfizierend
- + Durch die Kombination mit den basischen Mineralstoffen kommt es zu keiner übermäßigen Dehydrierung und Hautreizung. Achten Sie auf die besondere, hautpflegende Wirkung und wie sich Ihre Haut vor und nach dem Bad anfühlt. Bereits nach 10 Minuten fühlt sich Ihre Haut so weich und glatt wie Babyhaut an.
- + Die Licht-Quanten-Aktivierung führt dem Körper Energie für die Entgiftungsfunktionen und Licht für die Seele zu → sehr entspannende Wirkung

Basen-Kräuterfußbad

... enthält zusätzlich zu den basischen Mineralien, Meersalz und Licht-Quanten 36 hochwirksame Kräuteröle mit hauttonisierender, belebender und desodorierender Wirkung.

4 EL eines Basen-Mineral-Bades einem Vollbad zugesetzt, ergibt ein Basenbad mit einem pH-Wert von 8,0 – 8,5. Reine Meersalz- und Solebäder wirken auf längere Zeit auslaugend und bringen nicht den Effekt eines Basen-Mineral-Bades. Eine Person mit Neurodermitis und offenen Hautdefekten könnte sich in ein Solebad nur unter Schmerzen reinlegen. In einem Basen-Mineral-Bad kann jedoch wohltuende Erleichterung erfahren werden. Der Mensch entwickelt sich 9 Monate lang in einem basischen Milieu im Mutterleib. Fruchtwasser hat einen pH-Wert von 8,5. Die Haut eines Babys ist basisch. Erst ein erwachsener Mensch entwickelt aufgrund seiner übersäuernden Lebensweise einen Säuremantel.

Weil viele Menschen eine entsprechend übersäuerte Hautschicht haben, wurde der saure pH-Wert der Haut fälschlicherweise als normal angesehen!

Übliche Körperreinigungs- und Pflegemittel wie Duschgels, Cremes, Lotionen, etc. sind meistens auf einen sauren pH-Wert zw. 3,0 bis 5,5 eingestellt. Das ist um ein Vielfaches saurer als ein optimaler (basischer) Haut-pH-Wert von 7,4. Ein optimaler pH-Wert eines Körperpflegeproduktes sollte zwischen 7,5 und 8,0 liegen, um einen Basen-Schutzmantel aufbauen zu können. Kontrollieren Sie den pH-Wert Ihrer Körperpflegeprodukte mit einem pH-Teststreifen. Dieser sollte sich blau verfärben, dann hat das Produkt den richtigen, hautverträglichen pH-Wert. Auf saurer Haut wachsen oft krankmachende Bakterien und Pilze. Untersuchungen zeigen, dass Menschen mit einem basischen Haut-pH-Wert viel seltener von Insekten gestochen und von Zecken gebissen werden, als Menschen mit einem sauren Haut-pH-Wert und dementsprechender Ausdünstung. Basische Körperpflege regt den Selbstfettungsmechanismus der Talgdrüsen der Haut an und schützt vor bakteriellen Entzündungen, Pilzinfektionen und Virenbefall (Warzen).

Ein saures Hautmilieu entsteht durch vermehrte Giftauusscheidung. Die Folgen sind:

☛ Hautallergie/-jucken, übelriechende Körperausdünstung, Ekzeme, Fuß-/Handschweiß, Akne

Bei entzündeten Gelenken und Sehnscheiden, verkrampften Muskelpartien und Krampfadern kann man davon ausgehen, dass die Haut vermehrt angesäuert ist. Wenn Sonnenenergie fehlt, kommt es ebenfalls zu einer Übersäuerung. Ein saures Hautmilieu sowie Lichtmangel bieten die Basis für die Ausbreitung von **Mykosen** (= **Pilzbefall**) und Parasitenbefall.

☛ Hautpilze, Fußpilze, Blutpilze, Mundpilze, Nagelpilze, Darmpilze und Parasitenbefall

Durch die Stoffwechselgifte der Pilze wie Acetaldehyd, Mykotoxine und Aflatoxine entstehen **Sekundärerkrankungen** vielfältigster Art – wie zum Beispiel:

☛ Nervenschäden, Hyperaktivität, Passivität, Konzentrationsstörungen, Gereiztheit, Ekzeme, Depression/Aggression, Müdigkeit, Haut-, Muskel- u. Gelenkrheumatismus, Gelenkentzündung

Durch basische Körperpflege erhält Ihre Haut einen gesunden und natürlichen „basischen Schutzmantel“!

BASISCHES VOLLBAD

Badedauer:

30 – 60 Min. Alle 10 Minuten mit einem Waschlappen oder einer Bürste die Haut abreiben. Eine Ausdehnung der Badezeit auf bis zu 3 Stunden ist möglich (Auslaugebad).

Empfohlen zur Unterstützung bei ...

- Allergien, Grippe, Pilzbefall
- Gelenk-, Muskel- und Weichteilrheumatismus, Gicht
- Wirbelsäulenschmerzen
- Muskelverspannungen u. Muskelkater
- Hämorrhoiden, Hautproblemen, Cellulite

Empfohlene Unterstützung zur ...

- Hautpflege
- Entspannung und zum Stressabbau
- Entschlackung
- Entgiftung

Dosierung:

Ca. 4 Esslöffel auf ein Vollbad. Der Wasser pH-Wert soll 8,0 betragen. Prüfen Sie jedoch Ihr Basen-Bad mit einem pH-Wert-Teststreifen, da die Wassermenge und Wannengröße unterschiedlich sein kann.

Bei Beschwerden: 1 x täglich bis eine Besserung eintritt

Kurmäßig: 1 x täglich für 2 – 3 Wochen

Zur regelmäßigen Entgiftung und Körperpflege: 1 – 2 x wöchentlich

BASISCHES SITZBAD

Badedauer:

15 – 30 Minuten bei angenehmer Badetemperatur

Empfohlen zur Unterstützung bei ...

- Hämorrhoiden, Analekzemen
- genitalem Juckreiz
- Menstruationsbeschwerden
- Pilzbefall
- wunden Leisten
- Hüftgelenkbeschwerden

Dosierung:

1 – 2 Esslöffel in ein Sitzbecken oder eine halbgefüllte Badewanne geben

Bei Beschwerden: 1 – 2 x täglich bis eine Besserung eintritt

Kurmäßig: 1 x täglich für 2 Wochen

Zur regelmäßigen Entgiftung und Körperpflege: 1 – 2 x wöchentlich

BASISCHES FUSSBAD

Badedauer:

30 – 60 Minuten. Auslaugebad 1 bis 3 Stunden. Bei kalten Füßen sind warme Fußbäder, bei heißen, schwitzenden Füßen kühle Fußbäder empfehlenswert. Bei Durchblutungsstörungen empfehlen sich Wechselbäder. Warm beginnen und kalt beenden, oder nach Gefühl auch warm beenden. Danach warme Socken anziehen. Der Fuß hat eine wichtige Ausscheidungsfunktion, ähnlich einer Hilfsniere.

Empfohlen zur Unterstützung bei ...

- Krampfadern, Besenreisern
- Nagelpilz und Fußsohlenpilzbefall
- Fußpilz zwischen den Zehen
- Warzen, vermehrter Hornhaut
- Hammerzehen und Hallux Valagus
- Fersensporn
- Knöchelschwellungen
- müden Beinen, Gelenkschmerzen

Des Weiteren unterstützend empfohlen ...

- zur Aktivierung und Entlastung der Fußreflexzonen
- als allgemeine Entschlackungs- und Entgiftungsmaßnahme (sehr gute Giftstoffausscheidung über die Füße möglich)

Dosierung:

Je nach Wassermenge ca. 1 ½ – 2 Teelöffel in eine Fußwanne geben. Kontrollieren Sie bitte, dass der pH-Wert auf jeden Fall mindestens 8,0 beträgt.

Bei Beschwerden: 2 x täglich bis eine Besserung eintritt

Kurmäßig: 1 x täglich für 2 Wochen

Zur regelmäßigen Entgiftung und für das Wohlbefinden: 1 x wöchentlich

BASISCHES HANDBAD

Badedauer:

1 x täglich 15 – 30 Minuten. Bei Beschwerden Ausdehnung auf bis zu 2 Stunden möglich.

Empfohlen zur Unterstützung bei ...

- Polyarthritis, Gelenkentzündungen
- rheumatischen Erkrankungen der Fingergelenke, Dupuytrenscher Kontraktur
- Gelenkabnutzung und -deformierung
- spröden und zu weichen Fingernägeln
- rissiger Haut und Entzündungen
- allergischen Ekzemen
- Schweißhänden
- trockenen und schuppigen Händen
- Carpal-tunnelsyndrom

Empfohlene Unterstützung zur ...

- Handpflege, Entgiftung u. Entsäuerung (v.a. bei Handkontakt mit hautbelastenden Stoffen)

Dosierung:

Je nach Wassermenge ca. 1 – 1 ½ Teelöffel ins Handwaschbecken.
Der pH-Wert soll 8,0 betragen.

Bei Beschwerden: 1 – 2 x täglich bis eine Besserung eintritt

Kurmäßig: 1 x täglich für 3 Wochen

Zur regelmäßigen Entgiftung und Körperpflege: 1 – 2 x wöchentlich

BASISCHES KINDERPFLEGEBAD

Ein Basen-Bad ist bestens für die Reinigung u. Pflege zarter Säuglings- und Kinderhaut geeignet. Zudem ist ein warmes Bad für viele Babys und Kleinkinder eine bewährte Einschlafhilfe.

Dosierung:

1 gehäufte Teelöffel Basen-Mineral-Bad für die Kinderbadewanne. Der pH-Wert des Wassers soll zwischen 7,5 – 8,0 liegen (mit einem pH-Wert Teststreifen kontrollieren).



BASEN-BRUSTWICKEL oder BASEN-HEMD

Basische Wickel sind natürliche Helfer bei Fasten- und Entschlackungskuren. Sie bieten zudem auch Unterstützung bei:

- Asthma, Bronchitis, Reizhusten
- Pilzkrankungen der Haut
- Herzerkrankungen
- Lungenblähung, Verschleimung
- Hautinfektionserkrankungen (Masern, Röteln)

Anwendung:

Mind. 1 TL Basen-Mineral-Bad in ca. ½ Liter warmem Wasser auflösen. Der pH-Wert soll zw. 7,5 – 8,0 liegen (mit pH-Wert Teststreifen kontrollieren). Ein Tuch, Hemd od. T-Shirt mit dem vorbereiteten Basenwasser gut durchtränken und anschließend auswringen. Wickel anlegen bzw. Hemd/T-Shirt anziehen und mit einem trockenen Tuch umwickeln. Zusätzlich kann eine Wärmflasche unter dem trockenen Tuch aufgelegt werden. Die Anwendungszeit ist individuell und kann sich evl. auch über die ganze Nacht erstrecken.

Dosierung:

1 x täglich für 3 Wochen

Bei Beschwerden: 1 – 2 x täglich bis eine entsprechende Besserung eintritt



Aufzeichnungen von Fachwebinaren & Videos zu ganzheitlichen Themen

„Säure-Basen-Regulation Teil 1 - Grundlagen einer medizinisch wirksamen Säure-Basen-Regulation“

„Säure-Basen-Regulation Teil 2 - Die Bedeutung der Säure-Basen-Regulation für den Gastrointestinaltrakt und das Mikroökologiesystem des Menschen“

„Säure-Basen-Regulation Teil 3 - Die Bedeutung der Säure-Basen-Regulation als Grundlage einer ganzheitsmedizinischen Behandlung von dermatologischen Erkrankungen“

„Die zentrale Bedeutung des Eisens für den Stoffwechsel.“

„Ganzheitsmedizinische Therapie des Pathologischen Energie-Defizits (PED-Syndrom)“

„Erfolgreiche Beratung und Therapie durch Erkennen der unterschiedlichen Wirkungen der verschiedenen Produktgruppen und ihren richtigen Einsatz“

„Wirkungsvolle Werkzeuge für ein erfolgreiches Stress- und Energiemanagement“, u.v.m.



Broschüren und Gesundheitsratgeber

„Heilfasten – aber richtig. Ganzheitsmedizinische Grundlagen für eine erfolgreiche Heilfasten-, Darmreinigungs- und Entschlackungskur“

„Wissenswertes über die Wirkung und den richtigen Einsatz von Zeolith im Vergleich zu einer Säure-Basen-Regulation“

„Die Wirkungsweise von elektrolytisch reduziertem Wasser im menschlichen Körper. Basenwasser, ionisiertes Wasser, Elektrolyse-Wasser im Vergleich zu einer Säure-Basen-Regulation“

„Basische Hauptpflege nach Dr. med. Ewald Töth. Natürliche Schönheit mit basischer Gesichts- und Körperpflege“

„Licht-Quanten Medizin nach Dr. med. Ewald Töth. Energievolle Konzentrate mit der Kraft der Sonnen-Licht-Quanten“

„Mikrobiologische Naturkraft Dr. Ewald Töth®. Pflanzliche Naturkraft für das Wohlbefinden von Magen und Darm“, u.v.m.



QR Code einscannen und die gesamte Vielfalt an Lehrvideos, Interviews, Broschüren, Gesundheitsratgebern und Informationen entdecken.
www.quantenmed.at



Vorträge und Seminare

Die Akademie für Gesundheits- und Bewusstseinsbildung hat es sich zur Aufgabe gemacht, interessierten Menschen mittels Vorträgen und Seminaren neues Wissen zur Bewusstseinsbildung auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene zu vermitteln. Wir arbeiten zusätzlich daran, dass die Wissensvermittlung auch über eine Online-Akademie möglich sein wird. Bei Interesse bekommen Sie kostenlos Informationen und Lehrvideos zu den unterschiedlichen Gesundheitsthemen.

Kontakt: akademie@licht-quanten.com



QR Code einscannen und zum aktuellen Veranstaltungsprogramm gelangen.
www.quantenmed.at/aktuelle-veranstaltungen

Blindquellen: Cover: Wissenschaftliche Gesellschaft, ©Irohka/Fotolia; S. 2: ©ag visuell/Fotolia; S. 7,9: ©kalhh/Pixabay; S. 11: ©Gerald/Pixabay; S. 12,13: ©reel/Fotolia; S. 15 oben: Wikipedia, ©medicalgraphics.de, ©der matzke/Fotolia, ©Sebastian Kaulitzki/Fotolia, ©Cliparea/Fotolia, ©Axel Kock/Fotolia, ©Nerthuz/Shutterstock, ©Leptospora/Shutterstock, Wiss. Ges.; S. 15 unten: Wiss. Ges.; S. 17: Wiss. Ges., ©Andrea Danti/Fotolia, ©Pixelcaos/Fotolia, ©ra2 studio/Fotolia, ©NoPainNoGain/Shutterstock; S. 20: Wiss. Ges., ©Alexander Raths/Fotolia; S. 21: ©RossHelen/Shutterstock; S. 26: ©Studio Romantic/Shutterstock; S. 27: ©IQ-Images/Pixabay, Wiss. Ges.



**Wissenschaftliche Gesellschaft
für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung**

www.hildegardaderlass-toeth.at

www.quantenmed.at

www.dr-toeth.at



**Akademie für Gesundheits- und
Bewusstseinsbildung der
Wissenschaftlichen Gesellschaft für
Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung**

www.quantenmed.at

Seminarorganisation, Anfrage Fachbeiträge:

Mail: akademie@licht-quanten.com

Diese Broschüre wurde
Ihnen überreicht von:

Schutzgebühr: € 3,00 (CHF 4,00)

Auflage 02.2019

Herausgeber: Wissenschaftliche Gesellschaft für Quantenmedizin und Bewusstseinsforschung

Bildquellen: siehe vorletzte Seite