

Dr. Böhm®

Basen Tabletten Plus

Zusammensetzung pro Tablette:

Magnesiumcitrat	185 mg
Magnesiumoxid	90 mg
entspr. reinem Magnesium	75 mg
Kaliumhydrogencarbonat	180 mg
Kaliumcitrat	150 mg
entspr. reinem Kalium	125 mg
Calciumcarbonat	204 mg
Calciumhydrogenphosphat	70 mg
entspr. reinem Calcium	100 mg
Citrus-Bioflavonoide	10 mg
Traubenkernextrakt (OPC)	5 mg
Selen	25 µg

Dosierung und Anwendung:

1 bis 2 x täglich je 2 Tabletten unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit am besten nach einer Mahlzeit einnehmen.

Inhalt 60 Tabletten

Ein Qualitätsprodukt aus der Apotheke

APOMEDICA
www.apomedica.com

138.03/1

Dr. Böhm®

Basen Tabletten Plus

- + Magnesium
- + Kalium
- + Calcium
als basische Mineralstoffe
- + Selen
- + OPC
- + Bioflavonoide
als wichtige Antioxidantien

Der Säure-Basen-Haushalt

Der Mensch hat einen durchschnittlichen Blut-pH-Wert von 7,35 und liegt somit im leicht basischen Bereich.

Der „pH-Wert“ (Lat. potentia hydrogenii) vermittelt dem Fachmann eine Maßeinheit für Säuren und Basen. Der Wert 7 gilt als neutral, einen Wert unter 7 bezeichnet man als sauer, ein Wert darüber liegt im basischen Bereich.

Im menschlichen Organismus gibt es ein bestimmtes Verhältnis saurer und basischer Anteile. Die Natur reagiert von sich aus wohl mit einem Ausgleichssystem (Puffersystem), um Säuren und Basen im Gleichgewicht zu halten.

Durch die übliche „Zivilisationskost“ werden aber basische Lebensmittel oft nicht ausreichend zugeführt. Unser Speiseplan enthält überwiegend Fleisch, Fett und Zucker, während basenbildende Nahrungsmittel wie Obst und Gemüse eher vernachlässigt werden.

Gegenüberstellung von säurebildenden und basenbildenden Lebensmitteln:

säurebildend

Fleisch, Wurst
Fisch, Meeresfrüchte
Eier, Käse
Kaffee
Alkohol
Zucker
Schokolade
Mehlspeisen
Weißmehlprodukte
(Teigwaren, Weißbrot
etc.)

basenbildend

Blatt- und
Wurzelgemüse
Kartoffeln
Salate
Milch, Buttermilch
Joghurt, Molke
frische Früchte
Fruchtsäfte
Kräuter- und
Grüne Tees

Die Zufuhr basischer Lebensmittel ist wichtig, um das Säure-Basen-Gleichgewicht aufrecht zu erhalten.

Dr. Böhm® Basen Tabletten plus
Für einen ausgewogenen Säure-Basen-
Haushalt

Dr. Böhm®

Basen Tabletten Plus

- sind das Qualitätsprodukt in Tablettenform, leicht einzunehmen und ohne Beigeschmack
- enthalten eine qualitativ ausgewogene Kombination aus basischen Mineralstoffen in Form von Carbonaten, Hydrogencarbonaten, Citraten, Hydrogenphosphaten und Oxiden (entsprechend 1,97 mmol HCl äquivalent pro 2 Tabletten)
- zusätzlich beinhalten sie einen hohen Anteil an den wichtigen Mineralstoffen Magnesium, Kalium und Calcium
- plus das wertvolle Spurenelement Selen
- plus Traubenkernextrakt (OPC) und Citrus-Bioflavonoide als pflanzliche, basische Bestandteile
- sind frei von Zucker, Lactose, Hefe, Gluten und Farbstoffen
- sind auch für Diabetiker und Menschen mit hohem Blutdruck geeignet

Empfehlung: Trinken Sie zu den Dr. Böhm® Basen-Tabletten plus ein großes Glas naturreines Wasser – dies unterstützt den positiven Effekt der Tabletten.