

- Der richtige Mix für den Säure-Basen-Haushalt
- Nahrungsergänzungsmittel

Der Organismus verfügt über komplexe Regulationsmechanismen, die den pH-Wert des Körpers konstant halten. Mithilfe mehrerer sogenannter Puffersysteme im Blut werden dabei zu starke Abweichungen korrigiert. Ein ausgewogener Säure-Basen-Haushalt ist wichtig, damit unser Stoffwechsel seine Arbeit verrichten kann.

Der Kräuterbasenmix von PlantaVis wurde entwickelt, um dem Körper mit zwanzig ausgewählten Kräuter- und Pflanzenextrakten und -pulvern plus Zink dabei zu helfen, das Säure-Basen-Verhältnis im Gleichgewicht zu halten.

## Zu viel Eiweiß – zu wenig basische Lebensmittel

Infolge unserer Ernährungsgewohnheiten bedeutet ein unausgewogener Säure-Basen-Haushalt meist Azidose, also eine Übersäuerung. Ursächlich ist meist ein zu hoher Anteil an eiweißreichen Nahrungsmitteln und gleichzeitig eine zu geringe Zufuhr basischer Lebensmittel. Eiweißreiche Nahrungsmittel wie Fleisch, Milchprodukte und die meisten Backwaren werden vom Körper sauer verstoffwechselt. Der Säure-Basen-Haushalt wird zudem durch phosphathaltige Verbindungen, wie sie in Fleisch oder auch in Cola vorkommen, belastet. Obst, Gemüse und Salat sind hingegen basische Lebensmittel. Die darin enthaltenen Mineralstoffverbindungen wie Kalium, Magnesium, Natrium oder Calcium sind für den basischen Effekt verantwortlich.

Zudem können auch Diäten den Stoffwechsel belasten und zu einer Übersäuerung beitragen. Denn beim Fettabbau werden Ketosäuren gebildet, die dann als Säure in den Organismus abgegeben werden. Fehlt es nun an Basen, kommt es zur Übersäuerung, was übrigens auch die Stoffwechselleistung verschlechtert und den weiteren Fettabbau verhindert. Dieses Risiko besteht insbesondere dann, wenn bei einer Diät Ersatzmahlzeiten mit hohem Eiweißgehalt verzehrt werden.

## Der Säure-Basen-Haushalt – ein täglicher Balanceakt

Tierisches Eiweiß, zuckerhaltige Produkte und die meisten Getreidesorten stellen hohe Anforderungen an den Säure-Basen-Stoffwechsel. Kommen nun noch Stress, Konsum von Kaffee, Alkohol und Tabak hinzu, ist eine Übersäuerung absehbar. Ältere Menschen und Leistungssportler/-innen zählen ebenso zu den Risikogruppen.

Der pH-Wert des Blutes liegt idealerweise 7,3 und 7,4 und ist damit leicht basisch. So soll es sein. Damit es auch so bleibt, brauchen wir – gerade in Zeiten hoher Säurebelastung – einen funktionierenden Säure-Basen-Stoffwechsel. Der PlantaVis-Kräuterbasenmix ist hierfür ein idealer Beitrag.

- Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei.
- Magnesium trägt zu einer normalen Eiweißsynthese bei.
- Calcium trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Der Kräuterbasenmix enthält zudem basisches Kalium und basische Kräuter- und Pflanzenextrakte sowie den exklusiven PlantaVis-Zellschutzkomplex, der in enger Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Wissenschaftlerinnen aus den Bereichen Ernährung, Epi- und Nutrigenetik sowie der Medizin entwickelt wurde und inzwischen zum Patent angemeldet ist – das Ziel ist,



den Körper dabei zu unterstützen, die negativen Folgen unserer modernen Lebens- und Ernährungsweise auszugleichen und die normale Zellgesundheit zu erhalten.

**Tipp:** Im Optimalfall beträgt das Verhältnis der säure- zu basenbildenden Nahrungsmitteln etwa 20 zu 80. Leider ist es oft fast schon umgekehrt. Eine ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse, Obst und Kräutern und eine Reduzierung eiweißreicher Lebensmittel verhilft wieder zu einem gesunden Verhältnis.

## Verzehrempfehlung:

Täglich 2 Kapseln mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen.

## Hinweise:

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden. Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufzubewahren. Lagern Sie das Produkt trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C.

## Zutaten:

Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, Zellschutz-Komplex (Camu-Camu-Extrakt mit 20 % L-Ascorbinsäure<sup>1</sup>, L-Ascorbinsäure<sup>1</sup>, Jiaogulanextrakt, Cordycepspulver, Shiitakepulver, Kapernextrakt, Astragaloside-Extrakt (1 %), **Gerstenextrakt** mit 20–25 %  $\beta$ -Glucan, Chlorophyllin, Melonenextrakt (Extramel<sup>®</sup>), schwarzer Pfefferextrakt mit 95 % Piperin), Zinkgluconat, Löwenzahnpulver, Traubenkernextrakt (95 % OPC), Acerolaextrakt (17 % L-Ascorbinsäure), Artischockenpulver, Teufelskrallenpulver, Brenneselkrautpulver, Holunderblütenpulver, Lindenblütenpulver, Enzianwurzel, Natriumcitrat, Tri-Magnesiumcitrat, Tri-Calciumcitrat, Kaliumcitrat, Natriumbicarbonat, Kaliumbicarbonat, Bärlauchpulver, Süßlupinenpulver, Schafgarbenkraut, Mariendistelsamenpulver, Wacholderbeerenpulver, Kalmuswurzelstockpulver, Anisfrüchte, Fenchelfrüchte, Kümmel, Süßholzwurzel, mittelkettige Triglyceride, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, russischer Estragon

<sup>1</sup> Vitamin C trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Natürliche Kraft aus der Pflanze

PlantaVis GmbH, Rudeloffweg 9, DE-14195 Berlin, Web: [www.plantavis.de](http://www.plantavis.de)  
Tel.: (0) 30 89 000 105, Fax: (0) 30 89 000 110, E-Mail: [info@plantavis.de](mailto:info@plantavis.de)

PLANTA VIS

Zusammensetzung	pro Tagesdosis (2 Kapseln)	RM (%)
Vitamin C	38,80 mg	48,50 %
Zink	10,01 mg	100,16 %
Magnesium	3,23 mg	0,86 %
Calcium	4,21 mg	0,52 %
Kalium	15,04 mg	0,75 %

RM (%): Referenzmengen für den durchschnittlichen Erwachsenen nach LMIV

\* keine Referenzmenge festgelegt

**Inhalt:** 60 Kapseln (32,9 g)

**PZN:** 10321716

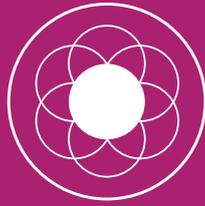
Hergestellt in Deutschland



Natürliche Kraft aus der Pflanze

PlantaVis GmbH, Rudeloffweg 9, DE-14195 Berlin, Web: [www.plantavis.de](http://www.plantavis.de)  
Tel.: (0) 30 89 000 105, Fax: (0) 30 89 000 110, E-Mail: [info@plantavis.de](mailto:info@plantavis.de)

PLANTA VIS



# AKTIVITÄT

---

„Wer rastet, der rostet“  
Aktivität ist eine Kraft, die sich  
selbst ernährt.