

Kunden **vertrauen** auf Entsäuerung

Eine aktuelle **Emnid-Umfrage** zeigt, dass fast jeder dritte Deutsche schon einmal ein Basenpräparat eingenommen hat, um eine Übersäuerung – meist als Folge ungesunder Ernährung – auszugleichen.

Die Marktforscher von TNS Emnid befragten 2000 Bundesbürger im Alter zwischen 18 und 64 Jahren. Sie wollten wissen, ob sie schon einmal Basenpräparate eingenommen haben und wenn ja, welchen gesundheitlichen Problemen sie damit begegnen wollten. 31 Prozent hatten bereits Bekanntschaft mit einem Basenpräparat gemacht. 41 Prozent von ihnen nannten Müdigkeit und Erschöpfung als Grund für die Einnahme. Fast genauso viele, nämlich 38 Prozent, nahmen das Produkt gegen Muskel- und Gelenksbeschwerden. 26 Prozent unterstützten damit Diäten und Fastenkuren und 15 Prozent wendeten es bei Hautproblemen an.

Bei der Beratung beachten

Die Umfrage zeigt, dass vielen Menschen bereits bewusst ist, dass es durch unseren Lebensstil und insbesondere durch unsere Ernährung zu einer Übersäuerung kommen kann. Sie wissen auch, dass es sinnvoll ist, den Mangel an basischen Mineralstoffen vorsorglich auszugleichen, um Gesundheitsprobleme zu verhindern. Dieses Wissen können Sie im Beratungsgespräch nutzen. Fragen

Sie doch mal gezielt nach, wenn ein Kunde über Müdigkeit und Erschöpfung klagt, ob er schon einmal davon gehört hat, dass auch chronische Übersäuerung zu diesem Beschwerdebild führen kann. Er wird dann einem Basenpräparat gegenüber aufgeschlossen sein. Übrigens wurde von den Meinungsfor-

schern auch nach dem Erfolg der Basentherapie gefragt (Mehrfachnennungen waren möglich). 45 Prozent der Befragten fühlten sich vitaler und hatten mehr Energie, 30 Prozent berichteten von größerer Leistungsfähigkeit und 19 Prozent gaben an, sich besser konzentrieren zu können.



© lotus_studio / fotolia.com

Was viele nicht wissen Erstaunlicherweise wissen viele Menschen jedoch nicht, welche Nahrungsmittel im Körper Säuren und welche Basen bilden. So glauben sie, dass saure Früchte den Körper mit Säuren geradezu überschwemmen. Natürlich zieht sich alles im Mund zusammen, wenn man in eine Zitrone beißt. Aber dass auch jede Menge basische Mineralstoffe in allen Obstsorten enthalten sind, können wir nicht schmecken. Früchte haben also eine basische Wirkung, sie unterstützen den Säureabbau. Dagegen sind Fleisch, Fisch, Milchprodukte, Brot- und Backwaren wegen ihres hohen Eiweißgehaltes säurebildend. Gerade Fisch, der wegen seiner gefäßgesunden Omega-3-Fettsäuren als besonders gesund gilt, enthält andererseits viele schwefel- und phosphathaltige Aminosäuren, die im Körper zu Säuren abgebaut werden. Fragen Sie Ihren Kunden doch einfach mal nach seinen Ernährungsgewohnheiten und erklären Sie ihm den Zusammenhang. So ergibt sich vielleicht ein weiteres Argument für die Empfehlung eines Basenpräparates. ■

Sabine Bender,
Apothekerin / Redaktion