



## Säure-Basen-Balance

Ihr Zahnarzt Dr. med. univ.  
Andreas Schiedlbauer empfiehlt:

Säure-Basen-Balance Buch  
von Prof. Dr. Jürgen Vormann

Das Gleichgewicht von Säuren und Basen im Körper sorgt dafür, dass wir uns fit und leistungsfähig fühlen. Eine Übersäuerung dagegen, häufig die Folge moderner Essgewohnheiten, kann auf Dauer zu schlaffem Bindegewebe, Antriebslosigkeit oder Reizbarkeit führen.

Der Kompass Säure-Basen-Balance bietet das bislang einzige Tabellenwerk mit den wissenschaftlich nachgewiesenen PRAL-Werten (Potential Renal Acid Load). Mit Hilfe der PRAL-Werte lässt sich erstmals konkret sagen, wie sauer oder basisch ein Lebensmittel ist.

Ausgehend von diesem Wissen kann jeder ganz leicht zu seiner persönlichen Balance zurückfinden, indem er Säuren und Basen aufeinander abstimmt.



---

Säure-Basen-Balance  
Prof. Dr. Jürgen Vormann  
G|U Verlag ISBN: 9783833811487

Ob Wienerschnitzel mit Zitrone  
oder Sachertorte mit Schlag.  
Der Säure-Basen Haushalt hat  
Einfluss auf Ihre Gesundheit.