



Die Basenfamilie von Pascoe

# Basentabs

Balance Pascoe®

für unterwegs

# Basenpulver

Balance Pascoe®

für Zuhause

## Nahrungsergänzungsmittel mit Zink zur Unterstützung des Säure-Base-Haushalts

Sie haben sich entschieden, Ihren Säure-Base-Haushalt mit den Pascoe-Basenprodukten zu unterstützen. Zum Erhalt des normalen Säure-Base-Haushaltes braucht der Körper Zink. Der Mineralstoff Zink ist unverzichtbar für die Bildung von Bicarbonaten. Daher erfüllt Zink eine sehr wichtige Rolle für einen ausgeglichenen Säure-Base-Stoffwechsel.

Die Basenfamilie enthält außerdem wichtige Mineralstoffe wie Calcium, Magnesium, Natrium und Kalium. Um Ihren Säure-Base Haushalt zu unterstützen ist eine ausgewogene und somit mineralstoffhaltige Ernährung sehr wichtig. Nahrungsmittel werden in säurebildende und basenbildende Nahrungsmittel eingeteilt. Über pH-Teststreifen für den Urin können Sie feststellen, wie sich Ihre Ernährung auf den Urin pH-Wert auswirkt. Die Pascoe-Basenprodukte liefern Zink und können so Ihre Ernährung optimal unterstützen.

### Die Pascoe-Basenprodukte unterstützen Sie mit:

- Zink, Calcium, Magnesium, Natrium und Kalium  
Zink unterstützt einen ausgeglichenen Säure-Base-Haushalt.

Es trägt außerdem bei zur

- Erhaltung normaler Haare,
- Erhaltung normaler Nägel,
- Erhaltung normaler Haut,
- Erhaltung normaler Sehkraft
- und zur Erhaltung einer normalen Funktion des Immunsystems.

Außerdem hilft Zink, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Calcium und Magnesium sind für den Energiestoffwechsel und für die Muskeln und die Knochen wichtig.

Basentabs Balance Pascoe®	Basenpulver Balance Pascoe®
<b>Zutaten:</b> Calciumcarbonat, Natriumbicarbonat, Magnesiumcarbonat, Stabilisator, Dinatriumphosphat, Kaliumbicarbonat, Trennmittel E 551, Trennmittel E 470b, Füllstoff E 468, Zinksulfat	<b>Zutaten:</b> Calciumcarbonat, Natriumbicarbonat, Magnesiumcarbonat, Dinatriumphosphat, Kaliumbicarbonat, Zinksulfat
<b>Verzehrempfehlung:</b> 3-mal täglich 2-3 Tabletten zu oder nach den Mahlzeiten mit ausreichend Flüssigkeit schlucken.	<b>Verzehrempfehlung:</b> 1-mal täglich den Inhalt 1 Portionsbeutels bzw. 1 Teelöffel voll Pulver (4 g) in ein Glas Wasser einrühren und zu oder nach einer Mahlzeit trinken.

Nährstoff-Tabelle:	Basentabs Balance Pascoe®				Basenpulver Balance Pascoe®	
	pro Tagesverzehrempfehlung (6 Tabletten)	% RDA*	pro Tagesverzehrempfehlung (9 Tabletten)	% RDA*	pro Tagesverzehrempfehlung (1 Teelöffel bzw. 1 Beutel = 4 g Pulver)	% RDA*
Calcium	481 mg	60%*	721 mg	90%*	613 mg	77%*
Natrium	294 mg	53%**	441 mg	80%**	377 mg	69%**
Magnesium	182 mg	49%*	273 mg	73%*	232 mg	62%*
Zink	1,5 mg	15%*	2,25 mg	22,5%*	1,5 mg	15%*

\*% der empfohlenen Tagesdosis \*\* D-A-CH-Referenzwerte

Nährwert-Tabelle:	Basentabs Balance Pascoe®			Basenpulver Balance Pascoe®	
	pro 100 g Tabletten	pro 6 Tabletten	pro 9 Tabletten	pro 100 g Pulver	pro Portion (1 Teelöffel bzw. 1 Beutel = 4 g Pulver)
Energie	25,76 kJ/5,97 kcal	0,14 kJ/0,03 kcal	1,25 kJ/0,30 kcal	0 kJ/0 kcal	0 kJ/0 kcal
Fett davon gesättigte Fettsäuren	0,60 g 0,60 g	0,02 g 0,02 g	0,03 g 0,03 g	0 g 0 g	0 g 0 g
Kohlenhydrate davon Zucker	0 g 0 g	0 g 0 g	0 g 0 g	0 g 0 g	0 g 0 g
Eiweiß	0 g	0 g	0 g	0 g	0 g
Salz	21,93 g	0,12 g	1,10 g	23,56 g	0,94 g

Die Nahrungsergänzungsmittel Basentabs Balance Pascoe® und Basenpulver Balance Pascoe® sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Beide Produkte sind für Schwangere und Stillende geeignet. Nicht für Kinder unter 4 Jahren geeignet. Die angegebenen, empfohlenen täglichen Verzehrsmengen nicht überschreiten. Beide Produkte sind zucker-, lactose- und glutenfrei. Sie enthalten keine Aromen und sind ohne Farb- und Konservierungsstoffe. Bitte trocken und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren!

Stand: August 2014

# Machen Sie den Säure-Base-Check:

## Tagesprofil des Urin-pH-Wertes

### Durchführung der Messung:

1. Messen Sie über den Tag verteilt mindestens 3-mal den pH-Wert des Urins.
2. Vergleichen Sie sofort die Farbe Ihres angewendeten Teststreifens mit der pH-Wert-Skala.
3. Tragen Sie Ihre Werte in die unten stehenden Tabellen und in das Tagesprofil ein.

Ideal ist es, wenn die Werte Ihrer pH-Messungen des Urins innerhalb der weißen Kurve liegen. Wiederholen Sie diese Messungen an 3 aufeinanderfolgenden Tagen, dann eine Woche später und eventuell einen Monat später.

### Tabellen und Tagesprofil:

Die optimalen Messzeiten liegen zwischen 9.00 Uhr und 17.00 Uhr.

#### Datum Tag 1:

Messung	1	2	3
Zeit			
pH-Wert			

#### Datum Tag 2:

Messung	1	2	3
Zeit			
pH-Wert			

#### Datum Tag 3:

Messung	1	2	3
Zeit			
pH-Wert			

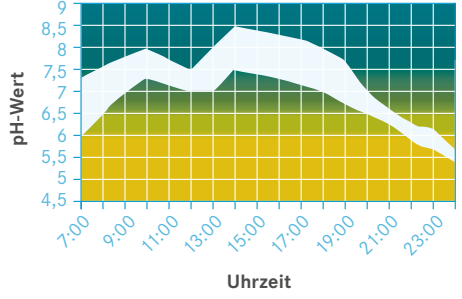
#### Datum nach 1 Woche

Messung	1	2	3
Zeit			
pH-Wert			

#### Datum nach 1 Monat

Messung	1	2	3
Zeit			
pH-Wert			

Ideales Tagesprofil des Urin-pH-Wertes



### Ernährungsgewohnheiten:

Genussmittel:	kein	wenig	mittel	viel
Kaffee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkohol	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Rauchen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Süßigkeiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ernährung:	kein	wenig	mittel	viel
Gemüse	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Obst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vollkornprodukte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fleisch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fisch	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Milchprodukte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weissmehlprodukte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Alles Gute für Ihre Gesundheit!