



Tepperwein Collection Partner Nr. 72964
Via Huben 7/a Tel.: +39 0474412104
39031 Brunico Fax: +39 0474413865
Südtirol / Italia Cellulare: +39 3482420885

info@tepperwein-collection.it
www.tepperwein-collection.it

Prof. Dr. Kurt Tepperwein

SIETE ACIDI ?



LA SALUTE ATTRAVERSO LA DEACIDIFICAZIONE

**Questo libro indica come riportare nuovamente in
armonia l'equilibrio di acidi e basi**

INDICE

<i>Dedica</i> _____	4
<i>La deacidificazione del corpo quale base per una piena salute</i> _____	5
Cause principali dell'iperacidificazione del corpo: _____	6
Determinazione del contenuto degli acidi _____	6
Il nostro organismo ha bisogno di basi. _____	7
Stabilite il vostro livello di acidità _____	8
Ecco un elenco degli alimenti ad alto contenuto di acidità _____	11
Alimenti neutri o ad alto contenuto basico _____	12
Respirazione e movimento _____	16
La pericolosità dell'iperacidificazione _____	16
Sintesi _____	19
Con quale velocità si manifesta il successo? _____	19
<i>Elenco delle principali malattie causate o concausate dagli acidi</i> _____	19
Sintomi generali _____	19
Allergie _____	20
Disturbi della circolazione arteriosa _____	20
Disturbi frequenti e continui alle vie respiratorie _____	20
Artrosi _____	20
Occhi _____	21
Ernie al disco _____	21
Malattie del tessuto connettivo _____	21
Circolazione sanguigna _____	21
Burn out _____	21
Depositi di colesterolo _____	21
Disturbi intestinali _____	22
Diabete _____	22
Ghiandole endocrine _____	23
Cuscinetti di grasso _____	23
Calcoli della cistifellea _____	23
Articolazioni _____	23
Umoralità _____	23
Organi sessuali _____	23
Caduta dei capelli _____	23
Pelle _____	24
Infarto cardiaco _____	24
Raffreddore da fieno _____	25
Ossa ed articolazioni _____	25

Mal di testa ed emicrania	26
Cancro	26
Stomaco	26
Sclerosi multipla	27
Cavità orale	27
Muscoli	27
Unghie	27
Sistema nervoso	27
Reni	27
Osteoporosi	28
Reumatismi	28
Colpo apoplettico	28
Denti	29
Cellulite	29
<i>Ecco un prospetto dei principali sintomi causati o concausati dagli acidi</i>	30
<i>Conclusione</i>	31
<i>(Retro-copertina)</i>	32

Dedica

Ho stilato il sommario delle conoscenze fondamentali sulle conseguenze dell'iperacidificazione del corpo soprattutto per i miei colleghi medici, affinché la deacidificazione sia una base sostanziale di ogni trattamento per il benessere delle persone che si affidano a noi, sperando che le nostre cure siano giuste per aiutarle in modo efficace e duraturo.

Pertanto vorrei pregarvi che, qualora disponiate di esperienze non presenti in questo volume, me le comuniciate, in modo tale che questo scritto possa essere allargato dalle vostre conoscenze. Noi abbiamo il dovere di migliorare ogni giorno rispetto a ieri; nulla è così perfetto da non avere margine di miglioramento.

La deacidificazione del corpo quale base per una piena salute

Tutta la vita cominciò nel mare e ancor oggi il nostro corpo è composto da acqua per più del 70%. Il valore del ph dell'acqua marina è tra l'8 e l'8,5. Il valore del ph del nostro sangue è di 7,4 costante, con lievi oscillazioni. La nostra vita perciò dipende dal fatto che il nostro corpo rimanga in ambito neutro, meglio se leggermente basico. Nelle cure naturali l'equilibrio tra acidi e basi del corpo è il fondamento più importante di ogni trattamento, senza il quale non può essere efficace nessun'altra cura. Ricercatori nel campo della nutrizione quali Ragnar Berg, il dottor Franz Mayr, Maxiliam Bircher Benner o Friedrich Sanders hanno sempre richiamato l'attenzione sull'equilibrio acidi-basi nell'economia generale del corpo quale fondamento principale della nostra salute, anche se non sempre sono riusciti a darne la necessaria dimostrazione scientifica. Per questo motivo questo fatto, essenzialmente vitale, è potuto rimanere inosservato sotto il profilo medico.

Così questa realtà fondamentale per la vita è rimasta inascoltata dalla medicina ufficiale e la maggior parte dei medici non considera l'acidosi un grave pericolo per la salute e la minimizza piuttosto alla guisa di un mero disturbo metabolico. Tanto più che dal punto di vista medico il grado di acidità del corpo viene misurato nel sangue in modo usuale, e il corpo lo mantiene, a parte qualche eccezione, in ambito strettamente neutro. Rendiamoci conto che tale divergenza dell'equilibrio acido-basico, che oggi è praticamente normale, non uccide solo le cellule umane ma OGNI tipo di vita.

Dunque attraverso il processo metabolico si formano diversi acidi nel corpo, come l'acido urico, l'anidride carbonica, l'acido lattico, l'acido acetico e persino l'acido salico, che accelerano il livello di acidificazione del corpo nonché la distruzione della cellula se non vengono eliminati da reni sani. Gli acidi hanno un influsso distruttivo; possono distruggere infatti persino pietre e metalli. Restando infatti nel corpo senza essere neutralizzati dalle basi, conducono inevitabilmente alle più diverse malattie.

Basta guardarci intorno per capire quanto l'equilibrio acido-basico sia importante per il nostro organismo e quanto l'iperacidificazione sia pericolosa e perfino letale.

La morte delle foreste è da ricondurre all'iperacidificazione del terreno, causata dalle piogge acide, che in pochi anni hanno rovinato chiese antiche di secoli, cosicché le figure dopo poco tempo sono rimaste senza faccia. Se gli acidi riescono a distruggere in questo modo la pietra, ci si può facilmente immaginare quale catastrofe l'iperacidificazione può significare per il Suo corpo.

Le malattie non sono in nessun modo inevitabili, come ci dimostrano ancora oggi in maniera inequivocabile gli HUNZA e altri popoli molto longevi: la salute è la nostra condizione assolutamente naturale. Noi elaboriamo le nostre malattie con un comportamento sbagliato lungo di anni. Così le carie come altre innumerevoli malattie hanno un'unica causa ed un unico motivo: l'iperacidificazione. Ma anche i reumatismi, la gotta, l'artrite e i calcoli renali sono causati dagli acidi. Se siamo consapevoli che niente di ciò che la natura ci offre principalmente sotto forma di alimenti contiene acidi, possiamo capire che il nostro metabolismo non è adatto a trasformarli. Gli stessi acidi della frutta vengono eliminati con il processo di maturazione. Noi però siamo costretti a mangiarla ancora acerba perché così essa ha un maggior valore commerciale ed in tal modo danneggiamo il nostro corpo. Le nostre abitudini alimentari innaturali ci hanno portato al punto che l'assunzione di basi è praticamente troppo bassa e il corpo di quasi tutti gli uomini è iperacido. Inoltre proviamo innaturalmente anche molta rabbia, siamo sempre stressati e tutto questo aumenta sensibilmente la presenza di acidi. Fino a che il corpo riesce a assumere le basi attraverso il tessuto connettivo, i vasi sanguigni e le ossa, cerca di neutralizzare l'eccedenza acida. Con ciò però il corpo

si demineralizza, le arterie e le ossa divengono fragili e questo conduce ad infarto del miocardio, al colpo apoplettico, all'osteoporosi, ai reumatismi, alla gotta, all'artrosi, alla deformazione delle vertebre ecc.. Chi avrebbe pensato che la caduta dei capelli, le depressioni, gli eczemi e la carie sono le conseguenze dell'iperacidificazione? Un organismo acido non PUO' mai essere sano. Tanto più alto è il carico, tanto più grave è la malattia.

Cause principali dell'iperacidificazione del corpo:

- **Troppe proteine**
- **Zucchero**
- **Alcool**
- **Nicotina**
- **Acidi grassi saturi**
- **Veleni ambientali**
- **Rabbia ed aggressività**
- **Stress e problemi psicologici irrisolti**

L'iperacidificazione ha effetti eccitante ed inibitori insieme. Ci si sente eccitati e tuttavia spossati; ci si stanca molto in fretta e si necessita di lunghi periodi di convalescenza.

Determinazione del contenuto degli acidi

La metodologia medica in uso per stabilire il livello di acidità del corpo attraverso la determinazione del valore del PH sanguigno non offre risultati utili, perché il corpo tampona così scrupolosamente il sangue, che le anomalie sono molto rare e nello stesso tempo il tessuto può essere fortemente acidificato anche se e quando il valore del PH sanguigno risulti completamente neutro. Solo con il metodo della titolazione si può stabilire esattamente la situazione del ph intra-ed-extra cellulare, ma è un esame complicato e molto costoso. La determinazione del valore del PH della pelle riflette quasi esattamente la situazione diagnostica dei tessuti ed è facile da espletare nonché di costo accessibile. Il valore biologico normale del PH è intorno ai 7,35; il valore di riferimento in uso è purtroppo intorno ai 5,5.

L'acidosi = iperacidità è diventata ormai la regola per quasi tutte le persone. Attraverso la deacidificazione notturna l'urina del mattino è la più acida. Vale perciò come misura base. Se il valore del ph è sotto a 7, il corpo DEVE essere alleggerito con un apporto ulteriore di basi. Quanto sia importante per il corpo il valore del ph a 7,4 lo conferma il fatto che un'iperacidificazione del sangue conduce a una morte immediata. I neonati sani, se nutriti con il latte materno, hanno un valore del ph dell'urina di 8-8,5. Anche l'analisi della saliva fornisce valori utili. Il valore del ph della saliva è di 7,1 e una significativa anomalia dopo i pasti conduce all'iperacidificazione. In alcuni manuali il valore del ph del 5,5 è ritenuto NORMALE, ma ciò è catastrofico. Questa indicazione è tuttavia corretta, perché nel frattempo la catastrofe è diventata totalmente normale ma naturalmente dannosa. Si consiglia di misurare il valore del ph dell'urina d ogni minzione, perché durante il giorno si osservano significative oscillazioni. Così l'urina del mattino è per lo più acida, in quanto il corpo cerca di eliminare gli acidi eccedenti durante la notte. Verso le 17 sono le basi ad essere al massimo. E' pertanto il caso di aiutare finalmente il nostro corpo. Si stabilisca perciò la quantità del mezzo di deacidificazione dopo il valore del ph dell'urina del mattino; se ne metta un cucchiaino da tè in un grande

bicchiere d'acqua e si ripeta l'operazione ogni giorno, una o due volte, fino a che l'urina del mattino rimanga ad un valore di ph superiore a 7.

Una masticazione accurata ed una buona digestione contribuiscono molto al processo di alcalinizzazione. Le proteine, in particolare, vengono metabolizzate in acidi e la maggior parte della gente soffre infatti di iperapporto proteico, con relativo sovraccarico per il corpo. Nel libro: "Le malattie da iperapporto proteico" di Wendt, pubblicato dall'editore Haug, si legge che un'alimentazione povera di proteine soprattutto in età avanzata allunga la vita. Le proteine sono fondamentali per il corpo, che ne necessita notevolmente nell'infanzia ed in gioventù, ma molto meno in età avanzata. E' pertanto importante fare attenzione alla qualità delle proteine, che sono presenti in molti aminoacidi essenziali.

Il nostro organismo ha bisogno di basi.

Il nostro corpo forma, sì, le sue basi dal materiale apportato dall'alimentazione, ma non le può ricavare da sé stesso. Contrariamente a ciò gli acidi vengono autoprodotti dall'organismo mediante il processo di trasformazione dei tessuti. Gli acidi si formano inoltre quando si mangia troppo e troppo in fretta, poiché ciò attiva un processo di fermentazione lungo il tratto dello stomaco e dell'intestino. Oltre a ciò non dobbiamo nemmeno sottovalutare le quantità di acidi che introduciamo con le bevande addizionate di anidride carbonica, che conducono ad un carico supplementare di acidità. Anche le situazioni di stress attivano la trasformazione dei tessuti, attraverso la quale si producono acidi in proliferazione.

E' pertanto completamente esatta la voce popolare che afferma: "IO SONO ACIDO".

L'effetto degli acidi dipende in primo luogo dalla loro quantità ed inoltre dalla loro concentrazione. Il valore del PH dell'ambiente corporeo non può superare il valore di 7 in quanto ad acidità e di 7,6 in quanto a basicità. Valori oltre questi confini portano alla morte. Ciò significa che il corpo DEVE neutralizzare gli acidi o le basi in eccedenza. Quando ciò non è possibile con le semplici sostanze apportate dall'alimentazione, il corpo, per garantirsi la sopravvivenza, è costretto a demineralizzare i suoi vasi sanguigni, le sue ossa ed infine anche i suoi organi, con conseguenze devastanti. Questo comportamento dell'organismo è importante e corretto nella speranza che in un prossimo futuro venga riacquistata la rimineralizzazione del corpo attraverso una alimentazione giusta. Si tratta perciò non solo della demineralizzazione del corpo, ma soprattutto della sua rimineralizzazione. Nel caso di acidificazione si tratta della sopravvivenza del corpo; nel caso della rimineralizzazione ne va della vita stessa.

Nella iperacidificazione del corpo i muscoli diventano sensibili alla minima pressione: di norma si può schiacciare un muscolo fino all'osso senza sentire dolore. Anche con questo metodo si può misurare il grado di acidità del corpo, ma un controllo regolare delle urine è molto più affidabile. Basta una piacevole passeggiata all'aria aperta per normalizzare il valore del ph. L'ossigeno immagazzinato è infatti sufficiente per neutralizzare gli acidi che si trovano nell'apparato circolatorio.

La concentrazione di acidi nel tessuto muscolare determina stanchezza; per questo motivo individui iperacidificati sono sempre stanchi, anche senza compiere sforzi fisici, dormono male e stentano a rilassarsi. Tutto questo scompare non appena l'organismo torna a disporre di quantitativi sufficienti di basi.

Se, nonostante l'alimentazione iperacida, Lei dovesse avere il valore del ph dell'urina del mattino più alto di 7, bisogna tener conto che nel Suo organismo sussiste un blocco nella separazione degli acidi. In questo caso è urgente un intervento immediato. Si prenda ogni giorno un cucchiaino da tè pieno di una miscela

basica preparata in farmacia e dopo una settimana il problema sarà risolto e il valore degli acidi si ridurrà notevolmente, perché la separazione bloccata si sbloccherà e il Suo corpo sarà finalmente liberato.

Anche se si assumono basi sufficienti, il valore del ph può scendere improvvisamente fino a 5. Ciò accade perché, anche quando c'è una sufficiente offerta di basi, siccome il corpo deve continuamente sciogliere ulteriori "depositi di rifiuti", questa azione conduce ad un'improvvisa ondata di acidi.

Non fatevi irritare da ciò e continuate a percorrere la strada corretta, altrimenti il corpo dovrà nuovamente sistemare il deposito. E per sostenere un carico di acidi il corpo usa il tessuto connettivo come deposito di acidi. Intanto il corpo cerca di eliminare gli acidi attraverso i filtri a ciò preposti. Uno di questi è il polmone. Nei polmoni viene respirata l'eccedenza di anidride carbonica e ciò attraverso l'ossido di carbonio. Più profondo sarà il nostro respiro, più alta sarà la quantità di acidi eliminati attraverso il filtro polmonare. Altri importanti filtri depuratori sono i reni.

Tutto questo processo riguarda però solo gli acidi idrosolubili e per questo c'è bisogno di molti liquidi; perciò per il processo di depurazione è importantissimo che si bevano due o tre litri liquidi al giorno. Il motivo per cui ciò è così importante ce lo indica un piccolo esempio.

Una bistecca piccola contiene circa 5 grammi di acido urico. Per eliminare anche soltanto un grammo di acido urico il corpo necessita di un quantitativo d'acqua che va dai 6 agli 8 litri. Molto prima che il corpo abbia eliminato l'acido urico contenuto nella carne mangiata, molto probabilmente avrete mangiato un'altra bistecca e di conseguenza l'organismo non ha nessuna possibilità di pervenire ad un equilibrio tra acidi e basi.

Anche la pelle e le mucose sono filtri. Se l'escrezione degli acidi diventa troppo alta, ne consegue un'irritazione della pelle. Così si creano gli eczemi. Sfregare la pelle regolarmente può aumentare notevolmente questa irritazione. Un altro importante filtro è l'intestino. Se, infatti, arriva troppo materiale acido nell'intestino, quest'ultimo lo rifiuta e ad esempio con la diarrea espelle la frutta acida ed acerba. Un'altra reazione meccanica per eliminare l'eccedenza di acidi è il vomito.

Stabilite il vostro livello di acidità

Siccome il sovraccarico di acidi cambia durante il giorno, c'è un tipico profilo di acidità che potrete stabilire attraverso una regolare misurazione, meglio se ad ogni minzione. Con ciò potrete stabilire le punte massime di acidità al mattino ed alla sera, anche se si dovrebbe prendere come misura tipo l'urina del mattino e continuare il processo di deacidificazione, fino a che il valore del ph non scenda più sotto 7.

Se ci si alimenta solo di frutta matura e verdura fresca e si eliminano alcool e caffè non ci si deve preoccupare di una eventuale iperacidificazione, ma se ci si nutre in modo "normale" e cioè mangiando carne, zucchero e dolci, bevendo caffè e alcool, allora sarete da tempo iperacidi e il vostro corpo ha bisogno di aiuto.

Anche la stanchezza dopo i pasti è provocata da un'alimentazione iperacida. Anche un normale dessert aumenta ulteriormente il livello di acidi del corpo. Prendete nota del vostro valore di acidità nella tabella qui a lato.

Ore 6										
Ore 7										
Ore 8										
Ore 9										
Ore 10										
Ore 11										
Ore 12										
Ore 13										
Ore 14										
Ore 15										
Ore 16										
Ore 17										
Ore 18										
Ore 19										
Ore 20										
Ore 21										
Ore 22										
Ore 23										
Ore 24										
VALORE DEL PH	9,0	8,5 BASICO	8,0	7,5	7,0 NEUTRO	6,5	6,0	5,5 ACIDO	5,0	

Si arriva ad un'iperacidificazione del corpo soprattutto se ci si nutre di proteine, ovvero carne, pesce, pollame, uova e latticini insieme a carboidrati come patate, riso, pasta o pane. Forse obietterete: "ma ciò è normalissimo"! E avete ragione, ma non è giusto. Poiché le proteine hanno bisogno di acidi per essere digerite, se non ci sono già acidi non sono digerite. Ma i carboidrati hanno bisogno di basi per la digestione. Basi e acidi però si eliminano vicendevolmente. La digestione diventa difficile ed il corpo ne è disturbato. Non c'è da meravigliarsi se vi sentite stanchi.

Per eliminare gli acidi e le scorie dall'intestino, dal tessuto connettivo e dalle cellule, c'è bisogno di un apporto quotidiano di basi, meglio se assunte al mattino. Non è consigliabile assumere solo una dose pari ad una punta di coltello della miscela basica, perché la quantità non è sufficiente a neutralizzare gli acidi presenti ed il corpo li deve nuovamente "depositare".

Bisogna prestare grande attenzione alla deacidificazione soprattutto quando si pratica il digiuno terapeutico, perché durante il dimagrimento si liberano molti acidi; in quel caso, se non si dispone di quantitativi sufficienti di basi, non è possibile neutralizzarli e si perviene ad un autointossicamento dell'organismo.

Spesso i bambini rifiutano il cibo proprio perché il loro corpo è già iperacido.

Una bevanda deacidificante sperimentata è l'acqua delle patate. L'eliminazione degli acidi è aiutata dal tè Alfaalfa, dal tè Lapacho, dal tè di equiseto di campo o Royal Plus. Non dimentichiamo che una lunga passeggiata migliora già notevolmente la situazione degli acidi nel corpo, in quanto gli acidi eccedenti vengono espulsi con la respirazione, soprattutto praticando il Power-walking a stretto contatto con la natura.

Un buon apporto di ossigeno è molto importante perché una scarsità di ossigeno causa isole anaerobiche nel corpo e queste favoriscono le malattie. Dopo decenni di iperacidificazione il corpo avrà bisogno per un certo tempo di ulteriori basi.

La ricetta originaria dello studioso degli acidi Sander suona così:

- Fosfato di sodio 10,0
- Bicarbonato di potassio 10,0
- Carbonato di calcio 100,0
- Bicarbonato di sodio a 200,0

Fatevi preparare questa miscela dalla vostra farmacia di fiducia, meglio subito cinquecento grammi. Ci sono comunque preparati già pronti di miscele basiche.

Oltre alle miscele minerali ci sono anche preparati a base di piante. Hanno effetti basici sull'organismo:

- Compresse di Alga Spirulina
- Polline di fiori
- Germogli di Alfaalfa
- Estratto di succo di orzo verde
- Semi di grano

Ancora più efficace è "ROYAL PLUS", un tè dalle proprietà deacidificanti, già conosciuto dall'imperatore della Cina. "ROYAL PLUS" contiene tutte le sostanze che possono aiutare il corpo in modo efficace a deacidificarsi completamente. Bevete regolarmente tre tazze di "ROYAL PLUS", la prima possibilmente al mattino a digiuno e proverete un benessere così grande al quale non saprete più rinunciare. Come ulteriore regalo questo tè vi allungherà la vita e vi preserverà da molte malattie.

Per controllare regolarmente il livello di acidità del mio corpo io utilizzo l'"indicatore MD" di Madaus. Le 100 strisce contenute per effettuare il test sono ulteriormente suddivisibili in due, in modo tale da poter effettuare 200 test con una confezione. Cercate sempre di fare in modo che le strisce per il test siano sempre in bagno e a portata di mano e tenete un quadernetto nel vostro beauty-case da viaggio per poter controllare sempre il vostro effettivo livello di acidità. Non appena il valore scenda sotto i 7 prendete subito un cucchiaino da tè colmo di miscela basica. Il vostro corpo vi ringrazierà. Tanto più vi avvicinerete alla basicità, tanto meno dovrete aiutare l'organismo.

In casi urgenti si possono assumere senz'altro dai 5 ai 10 grammi di miscela basica, possibilmente sciolti in acqua a temperatura corporea per ottenere un effetto più rapido.

Durante la deacidificazione molti raccontano con stupore di inattesi e rallegranti miglioramenti. Il mal di testa ed il capogiro, che tormentavano continuamente da anni, scompaiono per sempre in pochi giorni. Il pensare diviene più limpido e la memoria può spesso migliorare sensibilmente. Altri raccontano di una svolta dell'umore da depresso a felice. I movimenti diventano di nuovo più facili, liberi e più sicuri; l'aspetto esteriore migliora spesso in modo incredibile e ci si sente ringiovaniti. Durante la deacidificazione individui non equilibrati e litigiosi sperimentano spesso nello spazio di 2-3 giorni un'incredibile svolta dell'umore ed una duratura serenità.

Anche i bagni di sole si sopportano meglio perché con la deacidificazione sparisce l'ipersensibilità ai raggi UV. In sostanza una totale deacidificazione porta alla salute dell'anima e del corpo e noi capiamo che questo benessere dovrebbe essere la nostra condizione naturale.

Anche se siete nel corso di un trattamento, il fondamento principale della vostra guarigione è la radicale deacidificazione del corpo. Infatti solo in un'atmosfera sana possono crescere cellule sane.

Se avete raggiunto un equilibrio tra acidi e basi, vi sentirete rinati. E' una prevenzione della salute che ognuno può realizzare quasi a costo zero. L'effetto può essere ancora più importante ed esteso se agiterete bene per un minuto la miscela basica nell'acqua prima di berla meglio se in un mixer. Durante la deacidificazione molti raccontano con stupore di inattesi e rallegranti miglioramenti.

Un altro modo per aumentare l'effetto della miscela è quello di scioglierla in acqua precedentemente bollita per dieci minuti. E' un principio ayurvedico che quest'acqua riesca a raggiungere il corpo anche nei punti più fini e a pulirli. Fino a mezzogiorno i vostri organi filtri lavorano a gran ritmo, così si dovrebbe assumere almeno un litro di liquidi al mattino per sostenere al massimo l'eliminazione degli acidi. Si dovrebbe bere una grande quantità di ROYAL PLUS preparata nell'acqua bollita per dieci minuti. Un altro modo per sostenere l'equilibrio acido-basico è il bagno duraturo con il bicarbonato di sodio facilmente reperibile nella vostra farmacia di fiducia.

Il dottor Walther Sommer, autore del libro "Il mulino della giovinezza", è convinto che con un tale bagno la deacidificazione passi dalla pelle all'interno del corpo. Secondo il suo parere questi bagni dovrebbero durare dalle tre alle otto ore per sentirsi dopo ringiovaniti di venti anni. Meglio se si aggiungono cinque o otto grammi di bicarbonato di sodio. Così sparisce nelle donne l'aggressività e l'irrequietezza tipica della fase premestruale e così fastidiosa per chi ci convive. Siccome noi assumiamo la maggior parte degli acidi con l'alimentazione, dobbiamo prestare la massima attenzione a ciò che mangiamo. Lo zucchero rende sì dolce la vita ma rende il corpo piuttosto acido. E' sconsigliabile anche il tanto celebrato aceto di frutta. L'aceto frutta, infatti, pur fornendo al corpo gli ioni di potassio mancanti e bilanciando il rapporto sodio-potassio nelle persone povere di potassio, come ogni cibo acido toglie calcio al corpo e ne favorisce l'osteoporosi.

Assumere acidi è sinonimo di lento suicidio.

Ecco un elenco degli alimenti ad alto contenuto di acidità

Anguilla, acciuga, avocado, pancetta, sanguinaccio, salsiccia di carne magra, caramelle, aringa fritta, salsiccia arrostita, timo, biscotti al burro, Curry, Ketchup, merluzzo, caramella alla frutta, formaggio Edamer, liquore all'uovo, zampetto di maiale lesso, formaggio Emmentaler (45% grassi), arachidi, fagiolo, bastoncini di pesce, carne, salsiccia di carne, trota, salsiccia di Francoforte, polpetta (hamburger), grasso animale fritto, fegato d'oca, oca, Gelbwurst, gorgonzola, coniglio, carne macinata, luccio, ippoglosso, aringa, gamberi di mare, salsiccia di cacciagione, conchiglie, merluzzo comune, torta di ricotta, frutta candita, carpa, chips di patate, cotoletta di maiale in salamoia, acquavite di ciliegie, salsiccia da bollire, grasso di cocco, noce di cocco, cotoletta di maiale, polpa di gambero, crocchette fritte, miele artificiale, salmone, agnello, aragosta, brezel salati, fegato, canederli di fegato, panpepato, limonata, lenticchie, Madera, sgombro, maionese, birra al malto, marzapane, salsiccia di carne macinata, cozze, reni, nougat, sidro, lingua di oca, prosciutto crudo di Parma, gallinacci, pesche sciroppate, funghi, plockwurst, patate fritte, remoulade, arrosto di manzo, roastbeef, zucchero di canna, aringa arrotolata, sebastes affumicato, salsiccia rossa, rum, costata di manzo, torta "sacher" (al cioccolato), salame, sale, sardine, prosciutto crudo, cervellata, formaggio fondente, carne di maiale, grasso, merlano nero, spumante, speck, dado per brodo, teewurst, tonno sottolio, tacchino, acquavite, vino bianco, whisky, viennese, cinghiale, filetto di lucioperca, stella di cannella, zucchero, lingua.

Alimenti neutri o ad alto contenuto basico

Ananas, mela, torta di mele/pasta lievitata, purea di mele, succo di mele, arancia, succo naturale d'arancia, vino di mele, albicocche, carciofi, gelatina, melanzane, ostriche, banane, pere, sedano bianco, cavolfiore, fagioli (verdi), formaggio brie, broccoli, more, burro, latticello, camembert 30%grassi, cicoria, margarina dietetica, olio dietetico, sale dietetico, latte intero, aneto, cetriolo di aneto, olio di cardo, insalata Eisberg, insalata indivia, piselli freschi, fragole fresche, cetrioli sott'aceto, finocchi, latte scremato, filetto di vitello e manzo, formaggio fresco, petto d'oca, gelatina, pane graham, succo di pompelmo, pane di segala e frumento, orzo mondato, semolino, cavolo verde, cetrioli, rosa canina, formaggio dello Harz, lievito, mirtillo, lamponi, miglio, melone giallo, pollo arrosto/lesso, formaggio di malga, yogurt, ribes, cachi, piedino di vitello, carote, patate, gnocchi di patate, minestra di patate, ciliegie, pane croccante di segala, aglio, cavolo rapa, latte condensato, crescione, semi di lino, latte magro, mais, margarina, ravioli, melone, acqua minerale, pesche nettarine, pasta, noci, arance, prezzemolo, pesche fresche, prugne, porri, tipo di pane di segala, carne di tacchina, Quark magro, mele cotogne, ravanello, crema di spinaci, cosciotto di capriolo, riso integrale, rafano, farina di segale, pane integrale-di segala, cavolo di Bruxelles, rape rosse, cavolo rosso, succo di olivello spinoso, crauti, panna acida, eglefino, sottilette, passera di mare, scorzonera, sedano, germoglio di soia, olio di semi di girasole, asparagi, spinaci, minestra di verdure, tè, pomodori, succo di pomodoro, tartufo, pane integrale, cavolo bianco, cavolo verzotto, limoni, zucchini, mais dolce, cipolle.

Molte sostanze rimangono nel nostro corpo perché abbiamo usato troppo poco ossigeno per bruciarle. Per una deacidificazione sostanziale dobbiamo assicurarci un buon apporto di ossigeno. Perciò non bastano pochi minuti al giorno di movimento perché gli acidi vengono ossidati solo se l'attività fisica è duratura. Ciò significa che per quattro giorni alla settimana bisogna allenarsi costantemente per almeno trenta minuti. Il power-walking, cioè camminare a ritmo sostenuto, è già sufficiente. Questa attività fisica favorisce innanzitutto la rimineralizzazione del corpo. Con le temperature estive il corpo elimina gli acidi più facilmente che in inverno. Così anche la frutta ha più effetti d'estate che d'inverno, perché il corpo trasforma i vari acidi della frutta in anidride carbonica e in acqua. Così si possono assumere liberamente minerali, microelementi, vitamine e zuccheri della frutta in modo da rivitalizzare il corpo. I vari acidi della frutta non riescono tuttavia ad essere trasformati in anidride carbonica ed acqua e così il corpo deve assumere calcio, magnesio e bicarbonato di sodio per neutralizzarli, altrimenti questi infastidiscono il corpo e ne accelerano la demineralizzazione. Le seguenti tabelle vi indicano quanto i vari elementi sono basici o acidi, pur tenendo conto del modo con cui questi vengono metabolizzati nell'organismo. Nei valori dati non si tratta del pH ma di un valore generale stabilito tra acidi e basi. Tanto questo valore è basso, tanto è più fastidioso per il vostro corpo; tanto più alto è il valore, tanto meglio sarà per il vostro corpo.

Prodotti da forno

Pane nero, pane misto di segale e frumento	-17,0
Pane bianco	-10,0
Fette biscottate bianche	-6,5
Pane integrale	-6,1
Pane integrale di segala	-6,0
Pane integrale completo	-4,5
Pane croccante di segala	-3,7

Fette biscottate integrali	-2,2
Fette biscottate di pane integrale completo	-0,5

Noci

Noccioline americane	-12,7
Noci del Brasile	-8,8
Noci	-8,0
Mandorle dolci	-0,6
Nocciole	-0,2

Tipi di grano, farine, paste alimentari, legumi

Riso raffinato	-39,1
Farina di segale	-16,4
Grano d'orzo	-12,5
Riso integrale	-12,5
Semolino	-10,1
Fiocchi d'avena	-9,2
Pasta bianca	-5,9
Minestra di semolino	-4,6
Amido di riso	-4,6
Grano saraceno	-3,7
Farina di crusca, estratto	-2,6
Pasta integrale	-2,0
Pasta di soia	-0,2
Amido di patate	+2,0
Lenticchie	+6,0
Fagioli bianchi	+12,1
Farina di soia	+12,8
Granulato di soia	+24
Noci di soia	+26,6
Lecitina pura di soia	+38,0

Verdura

Cavoli	-9,9
Carciofi	-4,3
Verzotto bianco	-0,6
Cavolo riccio in marzo	+0,2
Asparagi	+1,1
Cipolla	+3,0
Cavolfiore	+3,1
Cavolo riccio in dicembre	+4,0

Cavolo rosso	+ 4,3
Verzotto verde	+4,5
Insalata di campo	+4,8
Piselli freschi	+5,1
Rabarbaro	+6,3
Porro	+7,2
Crescione	+7,7
Erba cipollina	+8,3
Fagiolini	+8,7
Foglie di porro	+11,2
Acetose	+11,5
Fagiolini verdi	+11,5
Spinaci alla fine di marzo	+13,1
Sedano	+13,3
Pomodori	+13,6
Testa di insalata di campo	+14,1
Indivia di campo	+14,5
Dente di leone	+22,7
Cetriolo di campo	+31,5
Carne e pesce	
Carne suina	-38
Carne di vitello	-35
Carne di manzo	-34,5
Pesce di mare	-20,0
Pesce di acqua dolce	-11,8
Pollame	-10,5
Latte e suoi derivati	
Formaggio a pasta dura	-18,1
Quark	-17,3
Panna	-3,9
Latte omogeneizzato	-1,0
Latticello	+1,3
Latte di mucca	+4,5
Funghi, patate e radici	
Scorzoneria	+1,5
Rafano bianco in primavera	+3,1
Rapa	+3,1
Patate a seconda del tipo	+4,0 / + 8,0

Funghi porcini	+4,0
Fingerli	+4,5
Radice di cavolo	+5,1
Kren	+6,8
Carote	+ 9,5
Rapa rossa fresca	+11,3
Rafano nero in estate	+39,4

Frutta e frutti

Ribes rosso	+2,4
Fragole	+3,1
Pere	+3,2
Ciliegie acide	+3,5
Mela matura	+4,1
Ciliegie dolci	+4,4
Ananas	+4,6
Datteri	+4,7
Mirabelle	+4,9
Prugne	+4,9
Lampone	+5,3
Mirtilli	+5,3
Susine dolci	+5,8
Ribes nero	+6,1
Pesche	+6,4
Albicocche	+6,6
Mirtilli rossi	+ 7,0
More	+ 7,2
Uva	+7,6
Uva spina	+7,7
Uva passa di Corinto	+8,2
Arance	+9,2
Limoni	+10,1
Mandarini	+11,5
Uva sultanina	+15,1
Fichi secchi	+27,5

Le patate sono un alimento ideale per chi è iperacido, perché legano gli acidi nello stomaco e perciò sono di grande aiuto nelle infiammazioni della mucosa dello stomaco e delle ulcere. Ma gli effetti positivi sono salutari per tutto l'organismo; non dimentichiamo che la verdura verde, sia cruda che cotta, fa parte degli alimenti più ricchi di minerali e contiene molte basi, escludendo i pomodori. Una grande quantità di verdura ogni giorno è irrinunciabile in un'alimentazione ricca di basi. Inoltre si dovrebbero mangiare tutti i giorni sette

mandorle non sbucciate. Le mandorle sono l'unico tipo di noci notevolmente basiche. Voi però non dovrete stare attenti solo a quello di cui vi nutrite, ma anche alla nostra principale fonte di alimentazione, cioè l'aria.

Respirazione e movimento

L'ossigeno è un elisir di deacidificazione. Un respiro troppo debole porta ad una concentrazione di ossido di carbonio troppo alta nel sangue e ad una conseguente caduta del valore del ph. E' irrinunciabile la respirazione profonda per mantenere e per raggiungere l'equilibrio tra basi ed acidi necessario alla vita. Per la respirazione è molto importante e di grande ausilio l'attività fisica. Non esiste niente di più efficace per rinforzare il cuore e la circolazione del sangue. Un moderato esercizio fisico può quasi dimezzare il rischio di malattie cardiache. Meglio tardi che mai!

In età avanzata sono consigliabili la bicicletta, il power-walking ed il ballo. Un training per ossigenarsi adeguatamente, quasi dimenticato, è il CANTO e naturalmente il nuoto e lo sci da fondo.

Se mangerete in modo corretto e se effettuate un sufficiente movimento perderete peso da soli e in poco tempo, raggiungendo e mantenendo senza fatica il vostro "peso-forma". Ciò implica che voi mangiate con calma, mastichiate bene e vi godiate il cibo. Meno peso si deve sopportare e più energia si avrà per organizzare la propria vita in modo attivo e cambiarla in modo positivo. Si potrà inoltre migliorare la vostra digestione bevendo ogni giorno a sufficienza. Non fidatevi della sensazione di sete ma bevete ogni volta che vi viene in mente. E' meglio tenere sempre una bottiglia d'acqua a portata di mano!

Ricordatevi inoltre che il latte è una bevanda ma un alimento. Se bevete latte il vostro corpo necessita della stessa quantità d'acqua. Chi beve limonata e coca-cola assume inutilmente molte calorie, perché un litro di limonata contiene fino a 105 grammi di zucchero. Un litro di latte contiene 38 grammi di grassi, così tante calorie cioè che si riescono a bruciare camminando per almeno tre ore e mezzo.

La pericolosità dell'iperacidificazione

Negli ambienti iperacidificati del corpo si giunge spesso ad un collasso delle strutture portanti. La rapidità dell'evento è da ricondurre alla rigidità acida degli eritrociti. Gli eritrociti (globuli rossi) trasportano l'ossigeno vitale ai tessuti. Essi sono dischi che, sebbene abbiano uno spessore di 7,5 My, possono scorrere attraverso i capillari, i quali hanno solamente uno spessore di 3,4 My, e persino passare attraverso strettoie corte di 2 My. Ciò è dovuto alla loro struttura elastica. I danni derivanti dall'acidità li rendono sempre meno elastici, fino al momento in cui diventano all'improvviso rigidi. Così si arriva a questo evento improvviso, perché da un momento all'altro i capillari non riescono più ad essere elastici e perfino gli eritrociti stessi, divenuti così rigidi, li bloccano. Il processo è da paragonare a quello dell'acqua che si sta raffreddando e che improvvisamente si irrigidisce nel ghiaccio, solidificandosi e quindi non potendo più scorrere.

Se gli eritrociti irrigiditi perdono la loro elasticità e con ciò la loro fluidità, non riescono a immagazzinare l'ossigeno necessario e così si arriva ad una insufficienza respiratoria. In conseguenza ad una fermentazione anaerobica si arriva ad un rafforzamento dell'acidosi locale ed anche le cellule coinvolte si irrigidiscono nella loro struttura, in modo tale che non riescono più a portare avanti in maniera sufficiente il loro stesso metabolismo, cosa che conduce addirittura ad una iperacidificazione della cellula stessa e ad un danneggiamento del nucleo cellulare. E' un meccanismo che si autorinforza. La lenta iperacidificazione del tessuto porta ad un irrigidimento autorafforzantesi degli eritrociti, che a causa di ciò trasportano meno ossigeno e non riescono più a passare nelle strettoie dei capillari, ostruendole. Tale ostruzione porta ad una

iperacidificazione ancora più forte, che riconduce ad un rafforzamento della rigidità degli eritrociti. Un circolo vizioso che sarebbe facile da bloccare ed invertire, però se non riconosciuto conduce a colpo apoplettico ed infarto. Le funzioni vitali fondamentali diventano scarse proprio laddove dovrebbero essere più abbondanti. Ad un certo momento l'apporto è talmente limitato, da condurre ad una parziale morte dei tessuti (necrosi). L'espressione infarto cioè "strozzamento" descrive perfettamente l'accaduto. La reversibilità di questo processo è decisa dal numero di capillari coinvolti e dalla durata dell'evento. Qualora la morte delle cellule fosse completa, il processo sarebbe irreversibile anche con un apporto ricco di basi; però come nel caso del riscaldamento del ghiaccio, in cui l'acqua recupera la sua fluidità, anche l'irrigidimento degli eritrociti viene risolto con un forte apporto di basi. Gli eritrociti ricominciano a fluire, trasportando nuovamente ossigeno sufficiente e il tessuto può riprendersi. Così la spirale viene resa reversibile e tutto rimane come un incidente di percorso. Dopo i processi metabolici nei settori danneggiati del cervello vengono talmente migliorati che anche le future punte di sovraccarico non potranno più condurre ad un deragliamento, e potranno assolvere le loro funzioni sotto tutti i profili.

Rendiamoci conto che tale divergenza dell'equilibrio acido-basico, che oggi è praticamente normale, non uccide solo le cellule umane ma OGNI tipo di vita.

Non è un certo un caso se il tasso di liquidi nel nostro corpo deve essere così alto, perché le nostre cellule sono fissate in una certa posizione e non possono né prendersi alimenti né asportare rifiuti: questo è di competenza dei liquidi del corpo. Questi per il corpo sono come l'humus per le piante. Dalla composizione dei liquidi del corpo dipende la sopravvivenza delle nostre cellule; se questi liquidi sovraccarichi o persino iperacidi non possono svolgere il loro compito. Maggiore è l'indurimento più gravi sono i conseguenti disturbi o le conseguenti malattie. Gli effetti dell'iperacidificazione si manifestano in tre ambiti:

1. La demineralizzazione, e con ciò l'insorgente friabilità delle ossa e fragilità dei tessuti, conducono alla osteoporosi, all'infarto cardiaco ed al colpo apoplettico.
2. Sedimentazione delle sostanze che dovrebbero essere eliminate.
3. Perdita dell'immunità naturale contro le malattie infettive.

PRIMO AMBITO:

La conseguenza più frequente della demineralizzazione, causata da iperacidificazione, è la carie dentaria. Non si tratta di una malattia ma di una conseguenza, cioè di un danno diretto dell'acidificazione. Un'ulteriore conseguenza è il deterioramento dei vasi sanguigni, che porta con sé effetti di gran lunga peggiori quali l'infarto cardiaco, l'ictus, le emorroidi, le vene varicose e le gambe piagate. Un'altra conseguenza è l'osteoporosi con la friabilità delle ossa anziane, le ernie inguinali e le ernie del disco intervertebrali. Tutte queste non sono malattie nel vero senso del termine ma solo danni conseguenti alla demineralizzazione causata dall'iperacidificazione.

SECONDO AMBITO:

A questa appartengono tutte le malattie da deposito come i reumatismi, la gotta, l'artrite, tutti i calcoli ed anche i sovraccarichi renali con le loro conseguenze, i disturbi circolatori, i danni della capacità visiva ed uditiva, le cateratte e l'arteriosclerosi con lo stadio finale dell'infarto e del colpo apoplettico.

TERZO AMBITO:

Ad esso appartengono tutte le malattie infettive ad iniziare dal semplice raffreddamento per finire alle infezioni mortali. Tutte queste non sono malattie, ma conseguenze facilmente evitabili dovute ad un'iperacidificazione del corpo con tutte le sue conseguenti manifestazioni.

La conferma di questo evento può averla chiunque nel momento in cui deacidifica completamente il suo corpo e lo mantiene neutro. Le conseguenze sono importanti e durature. Ogni spostamento dell'equilibrio acido-basico, sia nell'ambito delle basi che nell'ambito degli acidi, è un continuo fastidio gravante per la nostra salute e può portare danni organici. Le nostre moderne abitudini alimentari ed il nostro moderno stile di vita distruggono il nostro equilibrio e portano ad un disequilibrio, perché il corpo deve neutralizzare gli acidi eccedenti attraverso la costituzione continua di legami basici. Ciò può avvenire solo se gli vengono messe a disposizione basi sufficienti. Spesso dopo anni di sovraccarico di acidi al corpo non basta più cambiare alimentazione ma ha bisogno di ulteriori basi per sciogliere definitivamente i "depositi di scorie". E' un dispendio di forza enorme, che ha bisogno di tempo ed energia.

Se in caso di sovraccarico progressivo di acidi vengono usate le ultime riserve basiche, il corpo cerca di abbassare gli acidi eccedenti come depositi di scorie nel tessuto connettivo. Ciò porta alla situazione che il corpo, cercando di eliminare le sostanze tossiche, trattiene i liquidi. Il che conduce ad una ulteriore e diffusa acidosi, la malattia micotica che attraverso la CANDIDA ALBICANS e le sue tossine metaboliche intossica il fegato ed il cervello.

Anche il solito iperconsumo di proteine rafforza l'iperacidificazione del corpo, cioè l'acidosi. Ovviamente tutti gli organi, tessuti e sistemi dell'organismo ne sono coinvolti e solo con una deacidificazione mirata, spesso in modo straordinario, si può migliorare. Un'altra conseguenza assai diffusa seppur difficilmente riconosciuta dell'iperacidificazione del corpo è l'"acidosi vegetativa", una patologia quasi mai riconosciuta come tale. Si manifesta come un continuo stato di agitazione anche senza motivo apparente, come un'automobile la cui marcia in folle è stata posizionata così alta da consumare moltissima energia anche in assenza di prestazioni. Queste persone spesso sono stanche, non sono mai piene di energia, non trovano mai pace e fanno fatica ad addormentarsi. A ciò si aggiungono dei leggeri mal di testa continui ed un'alta predisposizione allo stress. Tutto ciò può diventare un notevole freno alla carriera. La maggior parte degli infarti tipici dei dirigenti non è provocato dallo stress ma dalla iperacidificazione del corpo. Uomini e foreste muoiono a causa di questa iperacidificazione. Se il corpo riceve troppe proteine viene sovraccaricato dagli scarti del metabolismo, perché non riesce più ad eliminare urea ed acido urico se non in modo limitato. L'eccedenza di acidi urici deve essere "immagazzinata" in qualche parte del corpo con tutte le conseguenze che ciò porta con sé. Inoltre è perfettamente uguale se si tratta di proteine animali o vegetali: entrambe provocano acidi urici. Il numero delle persone che soffrono di calcoli nel loro corpo è molto più vasto di quanto si pensi. Anche il fegato è costantemente sovraccaricato e perciò i suoi molteplici compiti sono ostacolati.

Bisogna prestare molta attenzione ad una accurata deacidificazione, perché, siccome quando si dimagrisce si liberano molti acidi e questi non possono essere neutralizzati perché troppo poche sono le basi a disposizione, si giunge inevitabilmente all'autointossicazione del corpo.

State dunque molto attenti al vostro corpo senza il quale non potreste vivere.

Sintesi

L'iperacidificazione del corpo è così pericolosa perché:

1. Attraverso la rigidità acida degli eritrociti i capillari non possono essere più attraversati e i vasi sanguigni colpiti non possono più essere nutriti e con ciò si può arrivare all'infarto cardiaco e al colpo apoplettico.
2. le cellule sono collegate alla liquidità del corpo neutra, perché non possono né prendersi gli alimenti né eliminare i rifiuti.
3. la conseguente demineralizzazione del corpo provocata dall'iperacidificazione porta alla fragilità dei vasi sanguigni e delle ossa.
4. il deposito di tossine nel tessuto connettivo porta a "depositi di immondizia", che danneggiano il corpo.
5. Attraverso l'iperacidificazione del corpo si perde l'immunità naturale contro le malattie infettive.
6. Le tossine non eliminate provocano micosi, attraverso la candida albicans, che con le sue tossine metabolizzate rovina fegato e cervello.
7. Attraverso l'iperacidificazione del corpo nasce anche una acidosi vegetativa con la conseguente stancabilità e scarsità di prestazioni.
8. Nei digiuni le tossine immagazzinate nel tessuto connettivo vengono liberate improvvisamente e ciò porta ad una autointossicazione del corpo che può avere anche conseguenze letali.

Con quale velocità si manifesta il successo?

Raramente durante una cura vi capiterà di provare un'azione più rapida di quella che si ottiene durante la deacidificazione, una sana alimentazione ed un movimento sufficiente. Già dopo due ore è misurabile il successo – il PH dell'urina è nel settore verde, anche se all'inizio non rimarrà lì che per poco, a meno che non aiutate regolarmente il vostro organismo. Già dopo pochi giorni dormirete meglio, sebbene avrete bisogno in modo evidente di dormire molto meno di prima, perché l'affaticamento derivante dalla iperacidificazione sarà venuto meno. Se voi prenderete l'abitudine di fare OGNI mattina prima della colazione mezzora di Power-walking, sentirete il benefico effetto già dalla prima volta. La vostra energia spirituale aumenterà progressivamente, il vostro stato generale migliorerà, i disturbi della circolazione ed il mal di testa scompariranno, il vostro sistema immunitario si rafforzerà, le carie verranno bloccate, ogni guarigione sarà accelerata in modo evidente e così via..

INCOMINCIATE SUBITO, E' LA COSA MIGLIORE, E ASSAPORATE LA VOSTRA NUOVA VITA.

Elenco delle principali malattie causate o concausate dagli acidi

Sintomi generali

Mancanza di energia e stanchezza permanente

Mancanza di stimoli e diminuita capacità prestazionale

Dolori muscolari e arti pesanti

Improvvisa stanchezza dopo i pasti

Sensazione di freddo nel corpo

Notevole perdita o assunzione di peso

Indebolita capacità di ripresa
Elevata tendenza alle infezioni
Raffreddamenti frequenti
Rigenerazione rallentata
Cicatizzazione lenta delle piaghe e delle ferite
Lunghi tempi di ripresa
Disturbi circolatori
Piedi e mani freddi

Allergie

Reazioni crescenti di difesa a sempre nuovi allergeni. Le medicine rimangono a lungo senza effetto.

Disturbi della circolazione arteriosa

Soprattutto delle gambe, dei vasi cardiaci e del cervello.
Crescente calcificazione delle arterie.

Disturbi frequenti e continui alle vie respiratorie

Reazioni di ipersensibilità al freddo e alle correnti d'aria.
Frequenti malattie da raffreddamento e bronchiti.
Tonsille ingrossate, polipi o angina.
Gola infiammata e tosse stizzose.
Naso gocciolante.

Artrosi

Con la scarsità delle basi si perviene all'ispessimento della sinovia. Combinata ai cristalli depositati si crea così una massa smerigliata, che ad ogni movimento danneggia la cartilagine e può causare dolori nei movimenti. L'artrosi non è assolutamente un sintomo dell'età ma emerge solo maggiormente nella vecchiaia, perché nelle cartilagini sono trattenute molte basi e da lì vengono prese quando il corpo. Rimane in più uno smeriglio cristallino che usura le articolazioni e causa il dolore nel movimento. Questo provoca una diminuzione dei movimenti in modo crescente e ciò conduce ad una scarsa alimentazione delle cartilagini, che vengono alimentate attraverso il movimento stesso.

Un ulteriore disturbo in questa situazione conduce all'obesità che sovraccarica inutilmente le articolazioni e può essere anche causa degli acidi.

Il corpo tuttavia può creare con proteine nobili in combinazione con il calcio nuovi mezzi di smerigliatura, per cui per una deacidificazione sostanziale è consigliabile un'alimentazione naturale ricca di calcio e di fosforo. Affinché possa aver luogo una sintesi proteica, che è molto importante per la produzione di collagene, al corpo serve anche il magnesio. Siccome la maggior parte degli individui soffre di scarsità di magnesio, bisogna stare molto attenti. Altrettanto importante è un'alimentazione il più ricca possibile di vitamina C. Un ottimo mezzo naturale di rigenerazione è la radice della consolida, ricca di proteine e conosciuta come "Kitter delle ossa".

Per i tessuti è ugualmente necessario l'aminoacido "Tritofano", di cui sono ricchi l'avocado, la banana, le noci, il latte non bollito, il formaggio di pecora e di capra ed il pesce.

Occhi

La cataratta e i disturbi della vista sono spesso conseguenze di sovraccaricamento di acidi.

Ernie al disco

Con l'iperacidificazione del corpo le ossa perdono sempre più il fosfato di calcio. Ciò vale anche per le ernie. Se l'iperacidificazione non viene bloccata in tempo, le ernie si assottigliano con la perdita di fosfato di calcio e non possono più svolgere in modo corretto il loro compito. Diventano sempre più piatte e meno elastiche e ciò conduce ad un prolasso dell'ernia ma anche ad anomalie della spina dorsale.

Malattie del tessuto connettivo

Circolazione sanguigna

Ipotensione e oscillazioni presso rie così come una cattiva circolazione sanguigna.

Predisposizione a sanguinamenti e geloni.

Anemia e innalzamento dei valori del colesterolo e degli acidi urici nel sangue.

Burn out

Sempre più persone provano insistentemente e di frequente una sensazione di "essere spenti". Provano la sensazione di essere arrivati all'ultima goccia delle loro riserve di energia e ciò corrisponde oltremodo alla realtà. Il corpo è praticamente iperacido, le riserve delle basi che servono a riequilibrarlo sono tutte bruciate e così l'iperacidificazione progredisce inesorabilmente. La sensazione di spossatezza comincia e si diffonde.

In una tale situazione si deve fare il primo passo per stabilire il valore del ph del corpo e intraprendere immediatamente provvedimenti mirati. Ciò significa che in concreto bisogna bere un bicchiere d'acqua molto grande in cui sia versato e sciolto un cucchiaino da tè di natron (bicarbonato di sodio). Dopo appena venti minuti dall'assunzione di questa bevanda si avvertono i suoi effetti benefici e dopo due ore si riesce a superare la situazione precedente che sembrava essere irreversibile. E' semplice come cambiare l'olio della macchina! Infatti, se il livello dell'olio della macchina è insufficiente, il motore si rompe e è molto costoso farlo riparare, mentre cambiare l'olio costa pochissimo, un paio di euro, e lo si può fare presso ogni pompa di benzina. Tutti gli automobilisti sono così ragionevoli e lo fanno, quando è necessario. Solo nei confronti del nostro corpo, che non lo possiamo certo rivendere usato e tantomeno rovinare, non siamo poi tanto attenti o non sappiamo in che modo aiutarlo.

Depositi di colesterolo

Se con l'iperacidificazione al corpo vengono sottratti minerali produttori di basi (calcio, potassio, magnesio), soprattutto ai vasi sanguigni, questi devono essere sostituiti con una sostanza "stucco". Il processo di autoregolazione del corpo usa continuamente la sostanza che ha a disposizione del corpo, il colesterolo, per "stuccare" le sempre più fragili pareti dei vasi sanguigni.

Se il sovraccarico di acidi permane troppo a lungo, i depositi di colesterolo si bloccano nelle arterie e negli altri vasi, cosicché i capillari più sottili si ostruiscono, bloccando il sangue e quindi tutte le sostanze necessarie

ai tessuti. In particolare, attraverso questo fenomeno sarà proprio il cervello a soffrire di più perché non irrorato e alimentato a sufficienza. A causa del crescente deposito di colesterolo, il diametro delle arterie necessariamente si restringe e il corpo è costretto ad alzare la pressione con il conseguente pericolo di lacerazione o addirittura rottura dei vasi sanguigni.

Per evitare che ciò accada, il corpo deposita una quantità sempre maggiore di colesterolo e così il diametro delle arterie si restringe pericolosamente fino a provocare un embolo che può ostruire completamente le arterie stesse. La circolazione del sangue diminuisce sempre di più e tutte le funzioni del corpo sono compromesse con conseguente precipitazione della capacità di prestazione.

Se si danneggia o si irrita il corpo si arriva ben presto al limite del danno ai capillari: se scoppia una piccola arteria nel cervello abbiamo il colpo apoplettico, se scoppia o si ostruisce una arteria del cuore si può arrivare all'infarto cardiaco.

Disturbi intestinali

Se le pareti dell'intestino sono piene di scorie, impediscono al corpo di avere un sufficiente apporto di sostanze nutritive, vitamine e minerali. Soprattutto l'assorbimento del ferro, fondamentale per la formazione del sangue, per la pigmentazione della pelle e dei capelli, avviene grazie alle funzioni dell'intestino. Tale assorbimento avviene nello stomaco e nel duodeno e dipende dal valore del pH. Quanto più nello stomaco giunge un'alimentazione che produce acidi, tanto meno lo stomaco rilascia acidi gastrici. Troppo pochi acidi gastrici riducono però in modo evidente l'assorbimento di calcio e causano, particolarmente negli anziani, una frequente scarsità di ferro. Attraverso fermentazioni di acidi molto aggressive, nell'intestino tenue vengono distrutti aminoacidi ed enzimi essenziali, senza i quali le nostre cellule non possono rinnovarsi e senza gli enzimi il nostro metabolismo non riesce ad assolvere i suoi compiti e sbaglia. L'iperacidificazione dell'intestino può condurre a una dolorosissima infezione virale intestinale. L'autointossicazione si diffonde poi in tutto il corpo, danneggiando anche il sistema neurovegetativo. Ciò può portare ad una sostanziale alterazione della personalità che diventa insensibile ed egoista o persino dura.

Per aiutare l'intestino in modo durevole è necessario fornirgli un apporto quotidiano di basi, meglio se al mattino e con abbondanti liquidi -almeno un litro- in modo da neutralizzare, ma soprattutto espellere, gli acidi accumulati prima di assumere altro cibo.

Tutto questo può essere accompagnato da una ricetta della medicina ayurvedica: prendete alla sera un cucchiaino di tè di olio di ricino, tenetelo in bocca un minuto e inghiottitelo con liquidi caldi. Il giorno dopo il vostro intestino evacuerà "dolcemente". Se fatto per qualche giorno aiuta l'intestino a liberarsi da scorie e residui.

Diabete

Il diabete, dopo il cancro, sta ai primi posti tra le patologie causate o rafforzate dall'alimentazione iperacida tipica della civilizzazione. Il danno causato dall'iperacidificazione al pancreas, che ha bisogno di basi, porta a una sostanziale crescita di chetoni che poi conducono alle numerose conseguenze tardive del diabete (malati dei nervi-nervopatie, cecità, rallentamento della guarigione delle ferite e morte delle cellule). Ma anche il diabete stesso crea molti acidi nel corpo. Per compensare questi danni proprio ai diabetici viene consigliata una dieta ricca di proteine e pertanto particolarmente acidificante.

Così nel caso di diabete, il primo passo è la deacidificazione del corpo.

Ghiandole endocrine

Attraverso l'iperacidificazione si arriva nel caso di queste ghiandole a una loro diminuita produzione e secrezione, in modo particolare a una iperfunzione tiroidea.

Cuscinetti di grasso

I cuscinetti di grasso non solo sono inestetici, ma anche un fattore di rischio per la salute. Si dice che il grasso abbia la peculiarità di produrre veleni in modo che i cuscinetti di grasso diventano velocemente depositi di scorie. Se unite a disturbi della personalità, conducono a un condizionamento favorente patologie di ogni tipo. Ciò accade in una dinamica limitata attraverso influenze, reumatismi, foruncoli, insufficienza renale fino al cancro. Queste scorie diventano particolarmente pericolose in una dieta efficace perché dopo nella circolazione sanguigna arrivano grandi quantità improvvise di acidi depositati che possono semplicemente iperstimolare il corpo fino a condurre a collasso o infarto cardiaco o all'emorragia cerebrale. Prima di una dieta programmata è indispensabile provvedere a una profonda deacidificazione del corpo.

Calcoli della cistifellea

I calcoli della cistifellea –come quelli ai reni e alla vescica- sono la conseguenza di un'iperacidificazione del corpo.

Articolazioni

Con l'iperacidificazione del corpo si arriva all'irrigidimento, alla limitazione del movimento e ai dolori delle articolazioni.

Umoralità

Difficilmente qualcuno pensa a una iperacidificazione se ha problemi di umore; tuttavia, pensieri cupi, scarsa voglia di vivere, tristezza, cattivo umore conseguente alla depressione, nervosismo, irrequietezza, irritabilità, ipersensibilità, timidezza così come difficoltà di concentrazione e di memoria sono da ricondurre in gran parte all'iperacidificazione e possiamo migliorarli e risolverli in modo decisivo con la deacidificazione.

Da ciò consegue che chi è depresso in maniera permanente e ha sempre pensieri negativi, indebolisce profondamente il suo sistema immunitario e provoca nel suo corpo un ambiente sempre acido anche senza un'alimentazione acida. Costui vive perciò in un continuo conflitto interiore che non solo gli costa molta energia che è costretto a prendere in qualche altro settore del corpo, ma alimenta un continuo danno al corpo stesso.

Organi sessuali

Con l'iperacidificazione si può giungere a infiammazione, arrossamento e prurito agli organi sessuali e anche all'utero.

Caduta dei capelli

La causa della caduta dei capelli non è riconducibile solo alla predisposizione genetica ma viene rafforzata o persino causata dal "cuoio capelluto acido". Anche la calvizie, l'incanutimento precoce e le allergie del cuoio capelluto sono provocati dall'iperacidificazione, perché il cuoio capelluto è un naturale deposito di sostanze minerali di cui si nutrono i capelli. Gli sportivi sono una categoria particolarmente a rischio perché la quantità aumentata di acido lattico causata da un forte sforzo muscolare sottrae sostanze minerali al cuoio capelluto.

Pelle

Il corpo cerca di eliminare gli acidi in eccesso anche attraverso la pelle. Se non ci riesce completamente perché noi sudiamo troppo poco, insorgono gli eczemi, le pustole, la dermatosi e l'acne. Questi sintomi sono importanti campanelli d'allarme del nostro corpo. Appena il nostro corpo viene deacidificato, anche gravi malattie della pelle possono migliorare e persino guarire in modo definitivo. Il risultato è apprezzabile già dopo pochi giorni. Forti arrossamenti, secchezza o desquamazione e prurito costante sono chiari inviti del nostro corpo a prendersi finalmente cura di lui! Anche il pallore, la pelle smorta, le impurità dell'epidermide, il comedone e le macchie sono causati dall'iperacidificazione. Questa causa o perlomeno concausa persino la cellulite le mutazioni del tessuto connettivo. Anche forti tendosinoviti e naturalmente le infiammazioni dello stomaco, dell'intestino e delle mucose sono da ricondurre all'iperacidificazione. I disturbi degli acidi alla pelle possono portare all'orticaria e aprire la porta alla micosi.

Infarto cardiaco

Nei settori più iperacidificati del corpo si arriva spesso improvvisamente ad un blocco dei rifornimenti. La rapidità dell'evento è da ricondurre alla rigidità acida degli eritrociti. Gli eritrociti (globuli rossi) trasportano l'ossigeno vitale ai tessuti. Essi sono dischi che, sebbene abbiano uno spessore di 7,5 My, possono scorrere attraverso i capillari, i quali hanno solamente uno spessore di 3,4 My, e persino passare attraverso strettoie corte di 2 My. Ciò è dovuto alla loro struttura elastica. I danni derivanti dall'acidità li rendono sempre meno elastici, fino al momento in cui diventano improvvisamente rigidi. Così si arriva a questo evento improvviso, perché da un momento all'altro i capillari non riescono più ad essere elastici e perfino gli eritrociti stessi, divenuti così rigidi, li bloccano. Il processo è da paragonare a quello dell'acqua che si sta raffreddando e che improvvisamente si irrigidisce nel ghiaccio, solidificandosi e quindi non potendo più scorrere.

Se gli eritrociti irrigiditi perdono la loro elasticità e con ciò la loro fluidità, non riescono ad immagazzinare l'ossigeno necessario e così si arriva ad una insufficienza respiratoria. In conseguenza ad una fermentazione anaerobica si arriva ad un rafforzamento dell'acidosi locale ed anche le cellule coinvolte si irrigidiscono nella loro struttura, in modo tale che non riescono più a portare avanti in maniera sufficiente il loro stesso metabolismo, cosa che conduce addirittura ad una iperacidificazione della cellula stessa e ad un danneggiamento del nucleo cellulare. E' un meccanismo che si autorinforza. La lenta iperacidificazione del tessuto porta ad un irrigidimento autorafforzantesi degli eritrociti, che a causa di ciò trasportano meno ossigeno e non riescono più a passare nelle strettoie dei capillari, ostruendole. Tale ostruzione porta ad una iperacidificazione ancora più forte, che riconduce ad un rafforzamento della rigidità degli eritrociti. Un circolo vizioso che sarebbe facile da bloccare ed invertire, però se non riconosciuto conduce a colpo apoplettico ed infarto. Le funzioni vitali fondamentali diventano scarse proprio laddove dovrebbero essere più abbondanti. Ad un certo momento l'apporto è talmente limitato, da condurre ad una parziale morte dei tessuti (necrosi).

L'espressione "infarto" come imbottitura" descrive perfettamente l'evento. La reversibilità di questo processo è decisa dal numero di capillari coinvolti e dalla durata dell'evento. Qualora la morte delle cellule fosse completa, il processo sarebbe irreversibile anche con un apporto ricco di basi; però come nel caso del riscaldamento del ghiaccio, in cui l'acqua recupera la sua fluidità, anche l'irrigidimento degli eritrociti viene risolto con un forte apporto di basi. Gli eritrociti ricominciano a fluire, trasportando nuovamente ossigeno sufficiente e il tessuto può riprendersi. Così la spirale viene resa reversibile e tutto rimane come un incidente di percorso.

Dopo i processi metabolici nei settori danneggiati del cuore vengono talmente migliorati che anche le future punte di sovraccarico non potranno più condurre ad un deragliament, e potranno assolvere le loro funzioni sotto tutti i profili.

Nell'anno 1928 l'allora luminare cardiologo della facoltà di medicina scoprì casualmente che la strofantina sconfiggeva l'angina pectoris prevenire l'infarto. Se la strofantina viene data costantemente nel trattamento dei casi di insufficienza cardiaca, gli individui colpiti sono liberi da dolori e da infarto, indifferentemente se la strofantina viene somministrata per via intravenosa o per via orale. Questo successo è rimasto a lungo misterioso, fino alla scoperta che il muscolo cardiaco danneggiato non poteva, a causa dell'iperacidificazione, usare il suo ossigeno in maniera ottimale, con conseguente angina pectoris o, in caso di forte iperacidificazione, addirittura infarto. La strofantina sostiene il muscolo cardiaco nello sfruttamento dell'ossigeno in modo tale che riduce l'iperacidificazione e, se assunta continuamente, addirittura la fa sparire e la tiene lontana.

La prima fase del danneggiamento comincia già nell'infanzia, decenni prima dell'infarto. L'alimentazione a senso unico della nostra civiltà, la scarsità di movimento ed il fumo aumentano il numero e la quantità dei depositi nelle arterie. Il legame diretto tra mente e cuore è ancora troppo sottovalutato. I rivestimenti delle coronarie, come il cervello, contengono numerosi recettori per gli ormoni dello stress. Se preoccupazioni psicologiche non vengono sufficientemente rielaborate, possono condurre per questa strada all'angina pectoris e all'infarto.

Il corpo necessita perciò di un continuo e disponibile potenziale deacidificante per poter eliminare immediatamente i danni PRIMA di arrivare a gravi danni agli organi.

Accanto alla costante deacidificazione la vitamina E così come gli acidi grassi Omega-3 e il complesso delle vitamine B aiutano il cuore danneggiato.

Se il flusso sanguigno attraverso i capillari dei tessuti scende sotto il valore ideale, allora nemmeno un sufficiente potenziale di deacidificazione è più in grado di neutralizzare l'iperacidificazione dei tessuti e allora il colpo apoplettico e l'infarto diventano una minaccia.

Ciò è facile da evitare se ci si deacidifica in tempo, giacché l'infarto ed il colpo apoplettico non sono malattie in senso proprio ma conseguenze evitabili dell'iperacidificazione.

Raffreddore da fieno

I noti sintomi del raffreddore da fieno, il naso che cola e gli occhi arrossati, si possono prevenire quasi sempre attraverso l'assunzione giornaliera di circa cinque grammi di bicarbonato di sodio, sciolti in un grande bicchiere di acqua caldissima. Se si saltano uno o due giorni i sintomi ricompaiono. Se la deacidificazione viene portata avanti con una miscela di basi adatte, ci si può liberare totalmente dei sintomi dopo anni di sofferenze per il raffreddore.

Ossa ed articolazioni

La perdita di minerali nelle ossa conduce non solo alla osteoporosi ed alla osteomalazia (indebolimento osseo) ma anche al rachitismo, a ripetute fratture ossee e ritarda la guarigione dopo le rotture, agli scricchiolii articolari, soprattutto al mattino, e ai legamenti sfilacciati. Anche i dolori articolari ricorrenti e frequenti infiammazioni dei legamenti articolari sono riconducibili a ciò.

Mal di testa ed emicrania

Un colorito pallido del volto a causa di restrizione dei vasi capillari, occhi sensibili o irritabili, congiuntivite e infiammazione delle palpebre possono essere la conseguenza della iperacidificazione. Anche per la emicrania un gran numero di studi conferma che la demineralizzazione del corpo può essere limitata con una alimentazione ricca di basi, fino a fare scomparire quasi completamente i dolori dell'emicrania. Anche alcuni casi di emicrania possono essere prevenuti assumendo già all'insorgere dei primi sintomi un cucchiaino da tè colmo di bicarbonato di sodio, sciolto in un grande bicchiere di liquido bollente.

Cancro

La sovraacidificazione del corpo è anche la causa fondamentale del cancro, che ha bisogno sempre di un ambiente sovraacidificato. Questo è stato studiato in modo particolare dal premio Nobel professor Warburg. Egli scoprì che la cellula tumorale vive prevalentemente secondo il principio originario delle trasformazioni cellulari della fermentazione, in modo tale che si può affermare che la fermentante alimentazione usuale odierna non può che essere cancerogena. L'affaticamento intestinale acidificante accelera i processi di indebolimento immunitario e la disgregazione delle cellule. Noi tutti possediamo dentro di noi cellule cancerogene anche più volte al giorno; ma un sistema immunitario sano riconosce e sconfigge le cellule degenerate. Solo in un sistema immunitario indebolito dall'eccessiva acidificazione si può arrivare ad una eccessiva proliferazione delle cellule tumorali.

In ciò svolge un ruolo determinante il processo di ossidazione come ad esempio la fermentazione. La cellula sana brucia zucchero per trasformarlo in anidride carbonica, la cellula tumorale fermenta lo zucchero in acido lattico e rafforza la gravità dell'acidità del corpo e ottiene così l'ambiente iperacidificato a lei necessario per sopravvivere e proliferare.

Una cellula tumorale è infatti una cellula che si è adattata in modo ottimale all'iperacidificazione divenendo così indistruttibile. In ogni modo questo egoismo della cellula conduce alla distruzione del corpo e così anche alla morte della cellula tumorale. L'iperacidificazione del corpo si potenzia con la produzione di acidi della cellula tumorale e si arriva ad una iperacidificazione finale irreversibile. La normale cellula del corpo in queste condizioni diventa sempre meno vitale, le cellule tumorali bene adattate proliferano sempre più fino a alla distruzione dell'organismo. In quanto questo avviene in tutto il corpo, l'asportazione chirurgica di un tumore o una parziale radiazione nei casi migliori ha solo un effetto sospensivo.

Anche in questo caso va detto che pensieri negativi ed impressioni distruttive danneggiano ulteriormente il sistema immunitario. Ciò che ci rende acidi non solo ci allontana dalla vita, ma alla fine ci toglie la vita stessa. Così è molto importante risolvere i conflitti sul nascere, possibilmente subito e cioè prima di causare danni ancora più gravi.

Si preoccupi di questo e cioè innanzitutto di non diventare acido; Lei avrà così compiuto il meglio per non ammalarsi di cancro.

Stomaco

Sebbene il corpo produca da solo in modo naturale gli acidi gastrici, viene rovinato dall'iperacidificazione del corpo. Ciò conduce ad una iperproduzione di acidi gastrici, a dolori di stomaco, a spasmi, perfino a rigurgiti acidi e addirittura all'ulcera; ma ciò non basta giacché porta anche ad alitosi e micosi. Uno stomaco appesantito reagisce con sovente nausea che può diventare costante e ad inappetenza. I bambini si rifiutano di mangiare proprio perché il corpo è iperacidificato. Spesso lo stomaco è così appesantito che all'inizio non

riesce nemmeno a sopportare una miscela basica liberatoria. In questo caso si deve limitare la dose ed aumentare l'apporto di liquidi. Il problema scompare già dopo pochi giorni. Un aiuto ulteriore per stomaci ed intestini rovinati è la terra medicamentosa, che notoriamente può legare le tossine in una massa straordinariamente elevata e può aiutare anche nei casi di appesantimento da metalli pesanti. Prima di tutto però il vero aiuto viene dalla ALOE VERA, che in questo caso può veramente fare miracoli. Infatti questa pianta rigenera la mucosa in maniera rapidissima, disintossica il fegato e blocca le micosi, i parassiti ed i virus.

Sclerosi multipla

La maggior parte delle persone hanno un organismo iperacidificato. Questo può portare al fatto che le terminazioni nervose sensibili sono così danneggiate che addirittura muoiono ed interrompono gli impulsi nervosi dal cervello ai muscoli. Inoltre si può arrivare anche all'insorgere della candida. Questa micosi molto aggressiva attacca le difese immunitarie in modo da portare a deficienze immunitarie e malattie autoimmuni quali l'aids e la sclerosi multipla. Anche qui giocano un ruolo fino ad ora sottovalutati fattori come i pensieri e le immagini negativi. Poiché il corpo iperacido porta senz'altro ad uno stato d'animo fondamentalmente depresso, accanto alla deacidificazione essenziale del corpo, è bene occuparsi dell'ambito psicologico per ottenere un successo insperato.

Cavità orale

L'iperacidificazione del corpo causa afte, gengive infiammate e sensibili, infiammazione delle tonsille e della mucosa, gengive sanguinanti e lesioni della cavità orale.

Muscoli

L'iperacidificazione dei muscoli causa crampi e spasmi, reumatismi delle parti molle, colpo della strega e torcicollo (collo indurito).

Unghie

L'iperacidificazione è causa di unghie friabili, che diventano più morbide, si rompono facilmente si assottigliano o si ingrossano, nonché solchi e macchie bianche.

Sistema nervoso

Il sistema nervoso è sempre gravato dall'iperacidificazione. Le conseguenze possono essere facile irritabilità, un aumentata sensibilità dolore, astenia, facile affaticamento, nevralgie ostinate e vaganti e insonnia.

Reni

Se l'urina ha una colorazione più forte, le scorie da espellere trasportate dall'urina sono superiori alla quantità di liquido disponibili; perciò si dovrebbe bere di più per non sovraccaricare inutilmente i nostri reni. Anche le irritazioni, i bruciori nell'atto della minzione, i calcoli della vescica e dei reni sono un evidente campanello d'allarme di un'urina iperacidificata. Perciò è di fondamentale importanza che non solo si aumenti la quantità di liquidi ma anche la quantità delle miscele basiche. In ogni caso non si dovrebbe mai assumere meno di un cucchiaino da tè della miscela basica, che altrimenti non sarebbe sufficiente a neutralizzare la quantità preesistente di acidi. Le tossine premono sul corpo ma non possono essere

trasportate con l'ultima urina e quindi espulse; ciò infastidisce enormemente tutto il metabolismo. Oltre a ciò in questo caso non si sta tanto bene e si potrebbe pensare che la deacidificazione non sia sufficiente ad aiutare veramente l'organismo.

Osteoporosi

Il processo di osteoporosi viene accelerata o persino causata dalla perdita di calcio delle ossa, prodotta dall'iperacidificazione. L'osteoporosi si manifesta spesso già prima della menopausa con dolori alla schiena, una pressione alla vita e una pancia prominente, specialmente nelle donne che da anni hanno problemi di mancanze di estrogeni. In questo bisognerebbe assolutamente sottoporsi almeno una volta all'esame dello spessore osseo. L'osteoporosi è una malattia che colpisce i valori del calcio, per cui il calcio proveniente dalle verdure svolge un ruolo fondamentale. Al contrario il calcio proveniente dal latte e dai suoi derivati viene assunto meno facilmente dall'organismo.

In aumento è l'osteoporosi giovanile, che è causata da una mancanza protratta negli anni di calcio, magnesio, sostanze ossidanti, soprattutto collagene, e deficit ormonali. Il frequente abuso di lassativi oppure di diete a senso unico accelerano l'eliminazione di importanti minerali e elettroliti. Una iperacidificazione progressiva rovina permanentemente le funzioni renali secondarie, che sono decisivi soprattutto in relazione all'introduzione di minerali nelle ossa. Se il quadro ormonale cala, si accelera il processo dell'osteoporosi. Anche l'alcol ostacola la sintesi proteica, nella quale viene costruita la sostanza elastica per le ossa. La cioccolata e la bevanda al cacao estraggono il calcio dalle ossa attraverso il loro alto contenuto di acido ossalico. Ma anche il gelato, i budini e le salse pronte, così come gli spinaci cotti e i rabarbari e non da ultimo il caffè accelerano questo processo. I dessert offrono un terreno propizio ideale alla candida, che rovina talmente la flora intestinale da non consentirle di assorbire sufficientemente il calcio. Tutto ciò accelera ulteriormente il processo di osteoporosi.

Reumatismi

I reumatismi indicano una particolare quantità di acidi, causati soprattutto da un eccessivo consumo di proteine che non può essere utilizzata, che deve essere neutralizzata dal corpo attraverso le basi e deve essere espulsa in quanto il suo prodotto finale sono gli acidi. Se non è disponibile un quantitativo necessario di basi, gli acidi restano nel corpo e vengono depositati nei tessuti, cosicché ogni movimento diventa doloroso. I risultati sono indurimenti muscolari e dolori cronici. Questi dolori possono essere limitati o del tutto sconfitti con un'alimentazione ricca di basi e con integrazioni di basi.

Colpo apoplettico

Secondo gli ultimi studi anche il colpo apoplettico è una conseguenza dell'iperacidificazione simile all'infarto cardiaco, poiché entrambi hanno origine da un blocco locale e limitato della circolazione sanguigna, soprattutto relativa ai capillari dei tessuti. Infatti subentra un colpo apoplettico fulmineo, ma la catastrofe acuta è preceduta sovente da una iperacidificazione di vecchia data, che può ricondurre nuovamente sempre a disturbi transitori. Se questi sintomi vengono riconosciuti, la catastrofe può essere evitata. Se però accadesse, porterebbe ad un costante autopeggiamento e ampliamento dell'evento. Un evento del genere colpisce innanzitutto entrambi i due organi con il più alto bisogno di metabolismo e metabolismo basale, cioè il cuore e il cervello. E ciò in alcuni ambiti particolari li colpisce con i massimi effetti catastrofici. Per quanto riguarda il cuore sono le pareti interne al ventricolo sinistro. Anche nel cervello ci sono settori a rischio di

colpo apoplettico. La rapidità dell'evento è da ricondurre anche alla rigidità acida degli eritrociti. Gli eritrociti (globuli rossi) trasportano l'ossigeno vitale ai tessuti. Essi sono dischi che, sebbene abbiano uno spessore di 7,5 My, possono scorrere attraverso i capillari, i quali hanno solamente uno spessore di 3,4 My, e persino passare attraverso strettoie corte di 2 My. Ciò è dovuto alla loro struttura elastica. I danni derivanti dall'acidità li rendono sempre meno elastici, fino al momento in cui diventano all'improvviso rigidi. Così si arriva a questo evento improvviso, perché da un momento all'altro i capillari non riescono più ad essere elastici e perfino gli eritrociti stessi, divenuti così rigidi, li bloccano. Il processo è da paragonare a quello dell'acqua che si sta raffreddando e che improvvisamente si irrigidisce nel ghiaccio, solidificandosi e quindi non potendo più scorrere.

Se gli eritrociti irrigiditi perdono la loro elasticità e con ciò la loro fluidità, non riescono a immagazzinare l'ossigeno necessario e così si arriva ad una insufficienza respiratoria. In conseguenza ad una fermentazione anaerobica si arriva ad un rafforzamento dell'acidosi locale ed anche le cellule coinvolte si irrigidiscono nella loro struttura, in modo tale che non riescono più a portare avanti in maniera sufficiente il loro stesso metabolismo, cosa che conduce addirittura ad una iperacidificazione della cellula stessa e ad un danneggiamento del nucleo cellulare. E' un meccanismo che si autorinforza. La lenta iperacidificazione del tessuto porta ad un irrigidimento autorafforzantesi degli eritrociti, che a causa di ciò trasportano meno ossigeno e non riescono più a passare nelle strettoie dei capillari, ostruendole. Tale ostruzione porta ad una iperacidificazione ancora più forte, che riconduce ad un rafforzamento della rigidità degli eritrociti. Un circolo vizioso che sarebbe facile da bloccare ed invertire, però se non riconosciuto conduce a colpo apoplettico ed infarto. Le funzioni vitali fondamentali diventano scarse proprio laddove dovrebbero essere più abbondanti. Ad un certo momento l'apporto è talmente limitato, da condurre ad una parziale morte dei tessuti (necrosi). La reversibilità di questo processo è decisa dal numero di capillari coinvolti e dalla durata dell'evento. Qualora la morte delle cellule fosse completa, il processo sarebbe irreversibile anche con un apporto ricco di basi; però come nel caso del riscaldamento del ghiaccio, in cui l'acqua recupera la sua fluidità, anche l'irrigidimento degli eritrociti viene risolto con un forte apporto di basi. Gli eritrociti ricominciano a fluire, trasportando nuovamente ossigeno sufficiente e il tessuto può riprendersi. Così la spirale viene resa reversibile e tutto rimane come un incidente di percorso.

Dopo i processi metabolici nei settori danneggiati del cervello vengono talmente migliorati che anche le future punte di sovraccarico non potranno più condurre ad un deragliamento, e potranno assolvere le loro funzioni sotto tutti i profili.

Denti

Sotto il peso della iperacidificazione i denti diventano sempre più sensibili ai cibi caldi, freddi e acidi. L'iperacidificazione causa carie, sanguinamenti gengivali, il ritirarsi delle gengive (parodontosi) e da ultimo la caduta dei denti.

Al contrario un equilibrio acido-basico determina resistenza alla carie e le malattie dell'alveo gengivale si possono di nuovo rigenerare completamente.

Cellulite

La cellulite o pelle a buccia d'arancia non causa nessun disturbo di salute, però può essere ugualmente gravosa per le persone che ne sono colpite, innanzitutto se non ci si riconosce più e non ci si sente più a proprio agio nel proprio corpo, magari sentendolo come "corpo estraneo".

La cellulite ha tre cause:

1. L'effetto degli ormoni femminili
2. L'aumento delle cellule di grasso
3. L'iperacidificazione dei tessuti.

Un'alimentazione ricca di basi con un flusso temporaneo aggiuntivo di queste ultime fa sì che gli acidi in eccesso siano eliminati e ottiene così il presupposto necessario e cioè che la riduzione delle cellule di grasso. Infatti se in aggiunta la pelle viene regolarmente massaggiata, Lei riuscirà a tenere visibilmente in pugno il problema e si sentirà nuovamente bene nel suo corpo.

L'iperacidificazione del corpo, soprattutto se esiste da lungo tempo, ha anche un forte effetto di "invecchiamento precoce". Anche quest'ultimo è comunque per fortuna reversibile, se si raggiunge un equilibrio acido-basico interno e lo si conserva, nel modo più semplice, bevendo quotidianamente il ROYAL PLUS.

In più esiste anche un provvedimento esterno, che è sorprendentemente ricco di successo e consiste in bagni completi con bicarbonato di sodio e un valore del ph 8,5. Già dopo alcuni di questi bagni, che dovrebbero durare da un minimo di tre ore fino anche ad otto ore, si prova un benessere generale, una vitalità crescente ed un ringiovanimento di tutti i tessuti, anche nel viso. Un effetto che nessun altro provvedimento consentirebbe di ottenere.

E' dunque in Suo potere sfruttare il benefico effetto della deacidificazione e dello stabile equilibrio acido-basico, per potersi sentire bene per molti anni in più in un corpo sano e potere così assaporare veramente la vita.

Ecco un prospetto dei principali sintomi causati o concausati dagli acidi

Mancanza di energia – stanchezza permanente

Mancanza di stimoli – diminuita capacità prestazionale

Dolori muscolari – arti pesanti

Sensibilità al freddo – stanchezza dopo i pasti

Sensazione di freddo nel corpo – perdita o assunzione di peso

Indebolita capacità di ripresa – elevata tendenza alle infezioni

Raffreddamenti frequenti – rigenerazione rallentata

Cicatizzazione lenta delle piaghe e delle ferite – lunghi tempi di ripresa

Disturbi circolatori – piedi e mani freddi

Bronchiti – tonsille ingrossate

Tosse secca – collo rigido

Naso colante – dolori articolari

Disturbi della vista – cataratta
Pressione bassa – oscillazioni della pressione
Problemi ai dischi intervertebrali – “Burn out”
Mancanza di una via d'uscita – pesantezza intestinale
Timidezza e carattere pauroso – tendenza ad immediata irritazione
Rigidità – riduzione motoria
Foruncoli – pannicolo adiposo ostinato
Calcoli alla vescica – calcoli biliari
Calcoli renali – mancanza di gioia di vivere
Tristezza - tendenza alla depressione
Pensieri negativi – ipersensibilità
Agitazione interiore – aggressività
Difficoltà a concentrarsi – problemi nel pensare
Infiammazioni – prurito, arrossamento
Caduta dei capelli – incanutimento precoce
Eczemi, pustole – acne, macchie
Macchie scure della pelle - comedone
Orticaria – tendosinovite
Problemi di cuore – raffreddore da fieno
Occhi infiammati – scricchiolii articolari
Emicrania – legamenti sfilacciati
Mal di testa – infiammazione della mucosa dello stomaco
Dolori allo stomaco – inappetenza
Afte – gengive infiammate
Lesioni della cavità orale – colpo della strega
Crampi – unghie friabili
Mancanza di stimoli – sensibilità al dolore
Insonnia – spossatezza
Dolori alla schiena – indurimento muscolare
Dolori cronici – gengive sanguinanti
Cellulite – invecchiamento precoce
Aumento del valore dell'acido urico – flatulenza
Pelle vizza, secca, squamosa - alitosi
Stipsi – diarrea
Catarro delle vie respiratorie – gamba del fumatore
Scarsa resistenza – inquietudine.

Conclusione

Nessuno ha scoperto fino ad oggi in modo certo quanti anni di vita ci costi la iperacidificazione e quante malattie dobbiamo, a causa sua, sopportare inutilmente. Non mi meraviglierei se uno scienziato un giorno dovesse dimostrare che in nessun'altra maniera noi potremmo fare così tanto per la nostra salute in modo

tanto rapido e facile, e che non esiste altro modo di allungare con sicurezza la propria vita per trascorrere molti più anni degni di essere vissuti, pieni di vitalità e di gioia di vivere.

L'INTERO SEGRETO PER ALLUNGARE LA PROPRIA ESISTENZA NON CONSISTE IN ALTRO CHE NEL NON ACCORCIARLA!

(Retro-copertina)

Il professor dott. Karl Tepperwein, passando per un'attività di consulenza aziendale piena di successo, da imprenditore arriva ad essere docente, autore e guaritore. E' competente nell'ambito della ricerca relativa alle scienze spirituali e delle cause autentiche del dolore e della malattia.

Il training mentale ed il training dell'intuizione, sviluppati da lui, vengono usati attualmente con successo da migliaia di persone. Il training mentale e il training dell'intuizione sono una parte imprescindibile della vita del top manager, dello sportivo agonistico e della casalinga.

Il professor Tepperwein intende unire sapientemente il sapere materiale, le conoscenze sensibili e la consapevolezza delle forze della natura in un tutto armonico.

Attraverso la sua attività di conferenziere l'autore di più di cinquanta testi, di centinaia di video e audiocassette raggiunge il suo prossimo e gli trasmette in modo influente e determinante le premesse indispensabili per la salute, il successo e la felicità.

Una cattiva alimentazione a base di eccessive proteine, grassi e carboidrati, così come anche il nervosismo e lo stress conducono alla iperacidificazione dell'organismo



Tepperwein Collection Partner Nr. 72964

**Via Huben 7/a
39031 Brunico
Südtirol / Italia**

**Tel.: +39 0474412104
Fax: +39 0474413865
Cellulare: +39 3482420885**

**info@tepperwein-collection.it
www.tepperwein-collection.it**