



## Was ZELLAMARE BASE® sonst noch kann ...

### ZELLAMARE BASE® unterstützt die Entwässerung

Wir nehmen zuviel Kochsalz (Natrium) mit den Mahlzeiten auf, was Wasser im Körper bindet und weitere gesundheitliche Nachteile verursacht. Das Gewebe wirkt aufgedunsen und das Gewicht ist erhöht. Mit ZELLAMARE BASE® wird überschüssiges Kochsalz auf gesunde Weise ausgeschieden. Das macht sich auf der Waage bemerkbar. Das Gewebe an den Beinen, Armen und Handgelenken wird entspannt.

### Für Berufstätige

Hektik und Stress im Berufsleben sowie ein Speiseplan, der überwiegend säurebildende Lebensmittel (Fleisch, Wurst, Käse, Brot, Backwaren, Süßes) und wenig Gemüse und Obst als Basenbildner enthält, sind oft die Ursache für eine Übersäuerung des Körpers. Müdigkeit, Konzentrationsschwäche und Nervosität sind typische Anzeichen. ZELLAMARE BASE® unterstützt das natürliche Säure-Basen-Gleichgewicht im Körper. Sie fühlen sich fit und rundum wohl.

**TIPP ZUM AUSPROBIEREN:** Wer viel Kaffee, Cola oder Energy-Drinks trinkt, schwämmt vermehrt natürliche Basen aus. Das zeigt

sich z.B. auch daran, dass der Kaffeekonsum erhöht werden muss, um die gleiche anregende Wirkung zu erzielen. Mit ZELLAMARE BASE® kann man auch hier für einen Basenausgleich sorgen und die anregende Wirkung wieder herstellen.

### Für Sportler

In heißem Wasser aufgelöst und warm getrunken entspannt ZELLAMARE BASE® angenehm die Muskulatur. Genießen Sie ZELLAMARE BASE® vor jeder sportlichen Aktivität. So können Sie einem Muskelkater vorbeugen und die Regeneration fördern.

### Bei Orangenhaut

Überschüssige Säuren werden teilweise im Bindegewebe deponiert. Dies erleichtert die verstärkte Einlagerung von Fettzellen unter der Hautoberfläche. Die typischen Dellen der Orangenhaut zeigen sich. Eine ausreichende Zufuhr von ZELLAMARE BASE® ist ideal zur begleitenden Unterstützung einer Behandlung.

## Häufige Fragen

### Woher kommen die Säuren?

Hauptursache einer Übersäuerung ist eine unausgeglichene Ernährung mit viel Fleisch, Wurst, Weißbrot, Zucker und Süßigkeiten. Alkohol, Kaffee, Energy-Drinks und Nikotin beschleunigen eine Übersäuerung.

Die praktisch einzigen, basenliefernden Lebensmittel sind Obst und Gemüse. Fehlen diese oder wird zu wenig davon aufgenommen, übersäuert der Körper schleichend. Bei Diäten entstehen durch den Fettabbau erhebliche Mengen saurer Abbauprodukte, welche die Säure-Basen-Balance zusätzlich stören.

### Wie lange sollte man ZELLAMARE BASE® einnehmen?

Für eine erfolgreiche Gewichtsabnahme ist zu empfehlen, bereits eine Woche vor der Diät mit der täglichen Einnahme von ZELLAMARE BASE® zu starten und dies während der ganzen Diätphase fortzusetzen.

### Kann man ZELLAMARE BASE® auch nach einer Diät weiternehmen?

Ja! Werden überflüssige Säuren nicht ausgeschieden, lagert der Körper diese teilweise im Binde-

gewebe. Dadurch wird das Bindegewebe hart und unelastisch. Vor allem bei Frauen zeigt sich die Veränderung des Bindegewebes als Folge erhöhter Säureeinlagerung z. B. in Form von Orangenhaut. Mit der Zeit können so auch Knorpel, Sehnen und Bänder in Mitleidenschaft gezogen werden.

Außerdem führt eine Übersäuerung im Körper zu einem verstärkten Abbau von Mineralstoffen aus den Knochen. Damit steigt das Risiko für Osteoporose und Knochenbrüche.

Genießen Sie täglich ZELLAMARE BASE®. Seine natürlichen basischen Mineralstoffe unterstützen den Körper nachhaltig. Sorgen Sie für den täglichen Basenausgleich, so bleibt auch die Fettverbrennung aktiv. Sie werden die Energie spüren!

### Was sind die langfristigen Anzeichen einer Übersäuerung?

Neben einer erhöhten Säureausscheidung treten folgende Anzeichen vermehrt auf:

- Konzentrationsschwäche, Kopfschmerzen, Migräne
- Erhöhte Reizbarkeit und Aggressionen
- Muskelverspannungen und -krämpfe
- Verdauungsproblem
- Brüchige Nägel, stumpfe Haut und Haare
- Übergewicht

## Warum ist ZELLAMARE BASE® carbonatfrei?

Viele Basenpräparate enthalten Carbonate, unnatürliche chemische Basen, die aggressiv in den Stoffwechsel eingreifen, Blähungen, Aufstoßen und eine unnatürliche Säure-Gegenregulation auslösen. Kein natürliches Lebensmittel enthält Carbonate.

### Wie nehme ich optimal ab?

Abnehmen im Einklang mit dem Säure-Basen-Haushalt heißt:

- Täglich eine Portion ZELLAMARE BASE®
- Vorsicht bei Sättigungsbeilagen wie Brot, Nudeln, Reis: Weniger ist mehr!
- Genießen Sie häufig sättigende Eiweißlieferanten wie Milch und Milchprodukte, mageres Fleisch, Aufschnitt, Fisch, Eier sowie Hülsenfrüchte.
- Bevorzugen Sie hochwertige Fette: Olivenöl, Rapsöl, fettreiche Seefische, Nüsse.
- Trinken Sie jeden Tag mindestens zwei Liter (kalorienfreie Getränke)!
- Essen Sie dreimal täglich und meiden Sie Zwischenmahlzeiten!
- Reichlich Gemüse zu den Hauptmahlzeiten
- Obst als Dessert
- Bewegung hält fit und macht schlank!

## Weitere Fragen?

Sie haben Fragen zum Produkt oder zur Anwendung? Ihre Apotheke hilft Ihnen gerne weiter, denn hier werden Sie umfassend und sachkundig beraten. Gerne können Sie sich auch per Mail an unser Expertenteam wenden. Unter [www.zellamare.de](http://www.zellamare.de) können Sie Ihre Fragen an uns richten.

**TIPP:** Schildern Sie Ihre Erfahrungen mit ZELLAMARE BASE®, so können auch Sie von den Erfahrungen anderer profitieren und an den regelmäßigen Verlosungen mit attraktiven Preisen teilnehmen. Entweder per Post einsenden oder mailen über unsere Homepage [www.zellamare.de](http://www.zellamare.de)

**ODER SCHREIBEN SIE UNS:**  
Quintessenz health products  
GmbH, Badeniastr. 27,  
41564 Kaarst  
[info@q-health.com](mailto:info@q-health.com)

Besuchen Sie uns auch  
im Internet unter:  
**[WWW.ZELLAMARE.DE](http://WWW.ZELLAMARE.DE)**