

BASICA®. SO KOMMT MEIN IMMUNSYSTEM IN BALANCE



BASICA® IMMUN

Für ein gesundes Abwehrsystem*.

BASICA® STEHT FÜR BALANCE.

Seit nahezu einem Jahrhundert helfen wir Menschen dabei, in Balance zu leben. Aus Forschung und Erfahrung wissen wir, wie wichtig das Säure-Basen-Gleichgewicht für grundlegende Stoffwechselforgänge und somit für ganzheitliches Wohlbefinden ist. Dieses kontinuierlich weiterentwickelte Wissen findet in allen unseren Produkten seine Anwendung.

Doch da jeder Mensch und jedes Leben unterschiedlich ist, bieten wir Ihnen mehr als nur ein Basica®: Dank unserer großen Produktfamilie finden Sie bei uns genau das Basica®, das zu Ihnen passt – und so bestimmt auch bald zu Ihrer ganz eigenen inneren Balance.

STARK VON INNEN bei äußeren Einflüssen.

Für eine geregelte Nährstoffversorgung spielt unser Säure-Basen-Haushalt eine wichtige Rolle. Das gilt auch für unser Immunsystem. Hierbei kann Basica® Immun einen wertvollen Beitrag leisten:

- Mit dem basischen Mineralstoff Zink, der zu einem normalen Säure-Basen-Gleichgewicht beiträgt.
- Mit den hochdosierten Mikronährstoffen ***Vitamin C, D₃, Zink und Selen, die ein normales Immunsystem unterstützen.**





ÄUSSERE UND INNERE EINFLÜSSE: wenn die Abwehrkräfte Hilfe brauchen.

Unser Körper leistet Unglaubliches: Das körpereigene Immunsystem wehrt täglich Keime und Erreger ab.

In Zeiten mit viel Beanspruchung, nassem und kaltem Wetter oder unausgewogener Ernährung kann unsere innere Balance jedoch aus dem Gleichgewicht geraten – und mit ihr die Abwehrkräfte unseres Körpers. Was können wir tun, um unser körpereigenes Abwehrsystem zu unterstützen?

Auf welche Signale wir achten sollten, wenn wir das Gefühl haben, dass unser Immunsystem beansprucht wird:

- Stress und Termindruck
- Ungewohntes Kältegefühl
- Zu wenig Schlaf
- Trockene, gespannte Haut

WIE FIT IST IHR IMMUNSYSTEM?

Machen Sie den Test und finden Sie heraus, ob Ihre Ernährung und Lebensweise Ihr Immunsystem beeinflussen.

	Ja	Nein
1. Kommt bei Ihnen eine ausgewogene Ernährung mit reichlich Obst und Gemüse zu kurz?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Haben Sie ungewöhnlich häufig Halskratzen oder Schnupfen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Fühlen Sie sich morgens abgeschlagen und nicht bereit für den Tag?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Bewegen Sie sich zu wenig an der frischen Luft und sind oft in geschlossenen Räumen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Schlafen Sie unruhig oder fehlt Ihnen genügend Schlaf?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Rauchen Sie?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Sind Sie oft angespannt und unzufrieden mit sich selbst?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Treiben Sie selten Sport?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

AUSWERTUNG:

Wenn Sie 3 oder mehr Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, empfehlen wir Ihnen, sich die Informationen auf den folgenden Seiten durchzulesen.

DAS BASICA® DOPPEL-WIRK-PRINZIP für Balance und ein starkes Immunsystem.

Ein gut funktionierendes Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Basis für alle Stoffwechselprozesse in unserem Körper.

Die Umwandlung von Nahrung für den Aufbau neuer Körperzellen, einschließlich der Abwehrzellen, beruht auf biochemischen Reaktionen bzw. enzymatischen Vorgängen. Damit sie reibungslos ablaufen können, müssen bestimmte pH-Bereiche eingehalten werden. Diese pH-Bereiche im Körper werden durch Regulierung von Säuren und Basen im Gleichgewicht gehalten.

Diese „innere Balance“ bildet die Grundlage für eine optimale Verarbeitung von Nährstoffen für das Immunsystem.



Sachet mit
TRINKGRANULAT



Sachet mit
1 KAPSEL

DOPPEL-WIRK-PRINZIP

Basica® Immun mit dem Doppel-Wirk-Prinzip für ein gesundes Säure-Basen-Gleichgewicht** und zur aktiven Unterstützung unseres körpereigenen Abwehrsystems* mit speziellen Mikronährstoffen.

BASICA® IMMUN Für ein gesundes Abwehrsystem.

Basische Mineralstoffe und immunrelevante Mikronährstoffe unterstützen die körpereigene Säure-Basen-Balance** und das Immunsystem*. So kann das Abwehrsystem besonderen oder saisonalen Anforderungen mit voller Kraft entgegenreten.

SO FUNKTIONIERT DAS DOPPEL-WIRK-PRINZIP.

Sowohl die spezielle Formulierung von Basica® Immun als auch seine besondere Darreichungsform basieren auf aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen.

DOPPEL-WIRK-PRINZIP

- Das basische Trinkgranulat unterstützt mit **Zink den normalen Säure-Basen-Haushalt.
- Die Kapsel leistet mit *Vitamin C, D₃, Zink und Selen einen Beitrag zu einem gesunden Immunsystem.



Weitere sorgfältig ausgewählte Nährstoffe in Basica® Immun können Ihnen helfen, die körpereigenen Schutzsysteme aufrechtzuerhalten:

- Biotin und Riboflavin unterstützen den Erhalt normaler Schleimhäute.
- Selen, Zink, Vitamin C und Riboflavin tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.



So helfen die Vitalstoffe in Basica® Immun dabei, unser Immunsystem in Balance zu halten und besonderen oder saisonalen Anforderungen mit voller Abwehrkraft entgegenzutreten.



GUTE ABWEHRKRÄFTE BRAUCHEN EINE GESUNDE ERNÄHRUNG.

Eine gesunde und vielseitige Ernährung ist durch nichts zu ersetzen, kann aber im täglichen Leben eine echte Herausforderung darstellen. So sorgen beispielsweise zu viel eiweißreiche Nahrungsmittel wie Fleisch, Wurst, Fisch, Käse, Eier sowie Milch- und Getreideprodukte auf dem Speiseplan für ein Säure-Basen-Ungleichgewicht im Körper und sollten durch basische Lebensmittel, wie Obst, Salat und Gemüse, ausgeglichen werden.

Die folgenden Seiten bieten einen ersten Überblick über säurebildende und basische Lebensmittel.



TIPP

Eine ausführliche, interaktive Nahrungsmittel-Tabelle, basische Rezepte und viele gute Tipps zum Thema Ernährung finden Sie auf www.basica.com.



BASISCHE ERNÄHRUNG

für ein starkes Immunsystem.

BASISCH

	SCHWACH	MITTEL	STARK
Gemüse und Salat	Kopf-/Eisbergsalat, Gurken, Auberginen, Zucchini, Brokkoli, Rosenkohl, Pilze, Blumenkohl, Paprika, Tomaten, Spargel, Kartoffeln, Lauch, Sauerkraut, Radieschen	Feldsalat, Rucola, Fenchel, Grünkohl, Karotten, Kohlrabi, Sellerie	Spinat
Früchte	Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Kirschen, Erdbeeren, Mangos, Weintrauben, Kiwis, Orangen, Zitronen, Grapefruits, Ananas, Wassermelonen	Bananen, Aprikosen, schwarze Johannisbeeren	Getrocknete Feigen, Rosinen

SÄUREBILDEND

	SCHWACH	MITTEL	STARK
Brot und Getreideprodukte	Roggenbrot, Knäckebrot, Mais	Vollkornbrot, Dinkel, Cornflakes, Zwieback, Spätzle, Eiernudeln	Haferflocken, Reis
Milchprodukte und Eier	Buttermilch, Frischkäse, Joghurt, Milch, Sahne	Hühnerei	Quark, Hartkäse, Parmesan, Camembert, Schmelzkäse
Fleisch und Wurstwaren		Fleischwurst, Wiener Würstchen, Bierschinken, Rind, Schwein, Geflügel, Kalb, Lamm	Gans, Kaninchen, Corned Beef, Wurst, Leberwurst, Salami
Fisch und Meeresfrüchte		Hering, Kabeljau, Karpfen, Lachs, Rotbarsch, Seezunge, Zander	Sardinen, Forelle, geräucherter Aal, Krabben, Miesmuscheln

Die Einteilung der Lebensmittel gilt für jeweils 100 g.

Nach aktuellem Stand der Ernährungswissenschaft sind Zucker, Fette und Öle neutrale Lebensmittel.

TIPP

Mit dem Säure-Basen-Rechner auf www.basica.com können Sie eine genaue Berechnung der Lebensmittel vornehmen.

UNTERSTÜTZUNG FÜR DEN TÄGLICHEN SÄURE-BASEN-AUSGLEICH.

Eine stets ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung mit viel Gemüse und Obst wäre der Königsweg. Diesen Anspruch jederzeit und dauerhaft zu erfüllen, ist im modernen Lebensalltag eine Herausforderung – sei es durch einen Mangel an Zeit für eine sorgfältige Auswahl beim Einkauf und bei der Zubereitung von Speisen, durch Unverträglichkeiten

BASICA VITAL®

Basisches Granulat
Zum Einrühren in Speisen,
auch zum Kochen und Backen.



BASICA DIREKT®

Basische Mikroperlen
Zur schnellen Einnahme ohne
Wasser im Büro oder auf Reisen.



BASICA INSTANT®

Basisches Trinkpulver
Schnell löslich mit fruchtigem
Orangengeschmack.



BASICA COMPACT®

Basische Tabletten
Praktisch für die tägliche Einnahme
zu Hause und unterwegs.

oder schlicht die vielen Verlockungen durch „ungesunde“ Lebensmittel. Hier kann eine Ergänzung mit Basica® dabei helfen, Nährstofflücken auszugleichen.

Jeder Mensch und jedes Leben ist unterschiedlich. Daher haben wir für Sie mehr als nur ein Basica® entwickelt: Dank unserer großen Produktfamilie finden Sie bei uns genau das Basica®, das zu Ihnen passt – und so bestimmt auch bald zu Ihrer ganz eigenen inneren Balance.

Entdecken Sie Ihr Basica® unter www.basica.com oder in Ihrer Apotheke.

BASICA® PUR

Reines Basenpulver
Zum Auflösen in Wasser oder Saft.



HÄUFIGE FRAGEN.

Warum gibt es zwei verschiedene Darreichungsformen?

Basica® Immun beruht auf dem Doppel-Wirk-Prinzip.

In dem einen Sachet ist das basische Trinkgranulat, das mit Zink den normalen Säure-Basen-Haushalt unterstützt. Das Säure-Basen-Gleichgewicht ist die Grundlage für einen funktionierenden Stoffwechsel. So können die immunrelevanten Nährstoffe aus der Kapsel im zweiten Sachet optimal verarbeitet werden.

Das zweite Sachet enthält die Kapsel zur Unterstützung der körpereigenen Abwehrkräfte. Vitamin C, D₃, Zink und Selen leisten einen Beitrag zu einem gesunden Immunsystem. Biotin und Riboflavin unterstützen den Erhalt normaler Schleimhäute. Selen, Zink, Vitamin C und Riboflavin tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

Wie und wann sollen die einzelnen Portionen eingenommen werden?

Das Trinkgranulat auflösen und die fertige Trinklösung zusammen mit der Kapsel einnehmen. Empfohlen wird die Einnahme nach einer Mahlzeit am Vormittag.

Kann Basica® Immun regelmäßig eingenommen werden?

Die Einnahme empfiehlt sich zu Beginn der nasskalten Jahreszeiten, aber auch vor größeren Belastungsphasen und in stressigen Zeiten. Die Formulierung ist so konzipiert, dass Basica® Immun auch regelmäßig eingenommen werden kann.

Was ist zu tun, wenn eine Portion vergessen wird?

Haben Sie aus Versehen eine Tagesportion vergessen, setzen Sie die Einnahme einfach fort. Mehr als ein Doppel-Sachet pro Tag soll nicht eingenommen werden.

BASICA® IMMUN

Nahrungsergänzungsmittel mit basischen Mineralstoffen, Spurenelementen und Vitaminen. Mit Süßungsmittel. Mit natürlichem Zitronenaroma.

- ✓ Vegan
- ✓ Lactosefrei
- ✓ Glutenfrei
- ✓ Ohne Zucker
- ✓ Ohne Farbstoffe

NÄHRSTOFFINFORMATION

ZUFUHR PRO TAGESPORTION:
1 DOPPEL-SACHET MIT TRINKGRANULAT UND
1 KAPSEL

NÄHRSTOFF		% NRV
Vitamin C	240 mg	300 %
Biotin	50 µg	100 %
Vitamin D ₃	50 µg	1.000 %
Riboflavin	1,4 mg	100 %
Zink	10 mg	100 %
Chrom	40 µg	100 %
Molybdän	50 µg	100 %
Selen	80 µg	145 %
Calcium	150 mg	19 %
Magnesium	150 mg	40 %
Kalium	350 mg	18 %
Natrium	375 mg	–

% NRV = % des Referenzwertes für die tägliche Nährstoffzufuhr gem. EU-Verordnung.

ZUTATEN

Basisches Trinkgranulat:

Natriumcitrat, Calciumlactat, Säuerungsmittel Zitronensäure, Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Kaliumhydrogencarbonat, Maltodextrin, natürliches Zitronenaroma, Zinkcitrat, Süßungsmittel Sucralose, Chromchlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat.

Kapsel:

Ascorbinsäure, Hydroxypropylmethylcellulose, Maisstärke, Trennmittel Talkum, Maltodextrin, Palmfett (ganz gehärtet), Emulgator Mono- und Diglyceride von Speisefettsäuren, Zinkoxid, Riboflavin, Natriumselenat, Biotin, Cholecalciferol.

Basica®. Das Original – überzeugt seit Generationen.

FRAGEN ODER ANREGUNGEN?

Unter www.basica.com finden Sie:

- Wissenswertes zum Thema Säure-Basen-Gleichgewicht
- Produktinformationen zum Basica® Sortiment
- unseren interaktiven Säure-Basen-Test

Unser Beratungsdienst hilft Ihnen gerne persönlich weiter.



Protina Pharm. GmbH
D-85737 Ismaning

Info-Service



+49 89 996553-0



+49 89 963446



basica.com
info@basica.de



@BasicaDACH



@basica_official



basica



Basica