

ULLIUS BASISCHES BADESALZ

Das basische Badesalz für den Säure-Basen-Ausgleich und die Entschlackung über die Haut mit nachhaltiger Entspannung. Die Haut ist das grösste Organ des Menschen. Über die Haut nehmen wir Wirkstoffe (z.B. einer Salbe) auf oder geben Schlackenstoffe ab. Diese Funktion nutzt das basische Badesalz für den Austausch von Säuren und Basen. Durch die basische Körperpflege wird die Haut angeregt, Säuren und Schlacken auszuscheiden. Neben der Neutralisation dieser Stoffe wird gleichzeitig die Rückfettung der Haut gefördert.

Grundsätzliche Empfehlungen:

- mindestens 30, besser 40-60 Minuten baden
- zwischendurch mit Waschlappen oder Bürste abreiben
- bei Körpertemperatur baden
- bei Krampfadern in niederen Temperaturen baden
- 1-2 Vollbäder und 4-5 Fussbäder pro Woche

WAS	ANWENDUNG
Basische Vollbäder 3 Esslöffel pro Vollbad 1 Esslöffel pro Sitzbad	Idealerweise 40 bis 60 Minuten bei Körpertemperatur. Zwischendurch mit Waschlappen oder Bürste abreiben. Die Haut ist die Hilfsniere des Körpers. Geben Sie auf Wunsch einige Tropfen ätherisches Öl oder Kräuteresenzen bei.
Basische Fuss- und Armbäder 1 Esslöffel pro Fuss- oder Armbad	Ideal sind warme Bäder während 30 bis 90 Minuten. Viele Menschen geben Wechselbädern in kalt und warm Wasser den Vorzug. Ein kurzes, kaltes Fussbad vor dem Zubettgehen kann die Qualität des Schlafens steigern. Auch der Fuss hat die Funktion einer Hilfsniere, deren Auswirkungen Sie sich auf diese Weise zu Nutze machen können.
Basische Salzwickel 1 Teelöffel pro 2 dl Wasser	Einen Teelöffel des Badesalzes in 2dl körperwarmes Wasser geben. Nach dem Auflegen den warmen, feuchten Wickel bzw. die Körperstelle warm und trocken abdecken. Ideal also Kopf-, Hals-, Waden- und Leberwickel.