

# Alka®

## *Säure-Basen in Balance!*



Alka® Broschüre

AlkaVitae®  
the original Alka® company

# Alka® Tropfen

“Die einfachste Methode um im Handumdrehen basisches Trinkwasser zu erhalten”



Inhalt: 55 ml

Alka® Tropfen ist ein basisches Mineralstoffkonzentrat, mit dem Sie ganz einfach basisches Trinkwasser herstellen können.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei\*
- ✓ effektivste Weise um basisches Trinkwasser zu erhalten
- ✓ 1 Flasche reicht für mindestens 3 Monate täglichen Gebrauch
- ✓ Das Originalprodukt, das seit 1996 weltweit verkauft wird

# Alka® Tabs Original

“Basische Kapseln mit Bicarbonaten und Zink, zur Unterstützung des Säure-Basen-Gleichgewichts\*”

Die magensaftresistenten Kapseln versorgen Ihren Körper auf einfache und sichere Weise mit zusätzlichem Natrium- und Kaliumbicarbonat.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei\*
- ✓ Für optimale Aufnahme über den Darm
- ✓ Optimales Verhältnis von Natriumbicarbonat und Kaliumbicarbonat



Inhalt: 60 Kapseln



## Warum Alka® Tropfen?

- Unterstützt das Immunsystem\*
- Zur Erhaltung starker Knochen\*
- Ist gut für Ihr Haar\*
- Zur Erhaltung gesunder Haut\*
- Ist gut für die Nägel\*

## Was ist Alka® Tropfen?

Alka® Tropfen ist ein basisches Mineralkonzentrat, das Ihrem Trinkwasser zugesetzt werden kann, um dessen pH-Wert zu erhöhen. Auf diese Weise erhält man basisches Wasser mit einem pH-Wert von etwa 10.

Einfach 4 Tropfen ins Trinkwasser geben und fertig. Schneller und einfacher geht es nicht.

\* Zink

## Warum Alka® Tabs Original?

- Magensäureresistente Kapseln optimale Aufnahme über den Darm
- Unterstützt das Immunsystem\*
- Zur Erhaltung starker Knochen\*
- Ist gut für Ihr Haar\*

## Was macht Alka® Tabs Original so besonders?

Alka® Tabs Original sind Kapseln, die aus einer patentierten Kombination von Natriumbicarbonat und Kaliumbicarbonat hergestellt werden. Alka® Tabs Original haben eine spezielle magensaftresistente Kapselhülle welche dafür sorgt, dass die Inhaltsstoffe nicht durch die Magensäure neutralisiert werden, sondern unberührt in den Darm kommen. Nach einer Zeit lösen sich die Kapseln gleichmäßig im Darm auf und die Bicarbonate werden dosiert über die Darmwand aufgenommen.

\* Zink



# Alka® Tabs Magnesium

“2-in-1: Magnesium & Zink, zur Unterstützung des Säure-Basen-Gleichgewichts”



Die einzigartige magensaft-resistente Kapseln haben eine 2-fach-Wirkung: sie unterstützen Ihren Körper mit einer extra Portion Zink und füllen gleichzeitig den Magnesiumvorrat wieder auf.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei<sup>1</sup>
- ✓ Ist wichtig für eine normale Muskelfunktion<sup>2</sup>
- ✓ Umhüllt mit einem speziellen magensaftresistenten Coating

# Alka® Tabs Calcium

“2-in-1: Calcium & Zink, zur Unterstützung des Säure-Basen-Gleichgewichts”



Die einzigartige magensaft-resistente Kapseln haben eine 2-fach-Wirkung: sie unterstützen den Körper mit einer extra Portion Zink und füllen gleichzeitig den Calciumvorrat wieder auf.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei<sup>1</sup>
- ✓ Hilft, Knochen und Zähne stark zu halten<sup>2</sup>
- ✓ Ist umhüllt mit einem speziellen magensaftresistenten Coating
- ✓ Unterstützt die Verdauung<sup>2</sup>



## Warum Alka® Tabs Magnesium?

- Löst sich im Darm auf und wird optimal über die Darmwand aufgenommen
- Trägt zu zusätzlicher Energie bei Ermüdung bei<sup>2</sup>
- Unterstützt das Immunsystem<sup>1</sup>
- Gut für die Stimmung<sup>2</sup>

## Was macht Alka® Tabs Magnesium so besonders?

Alka® Tabs Magnesium sind magensaftresistente Kapseln, die aus einer Kombination von Magnesiumcarbonat und Zink hergestellt werden. Diese Kapseln bieten die optimale Kombination für jeden der seinen Körper mit einer extra Portion Magnesium und Zink unterstützen möchte. Alka® Tabs Magnesium haben eine spezielle magensaftresistente Beschichtung welche dafür sorgt, dass die Inhaltsstoffe nicht durch die Magensäure neutralisiert werden, sondern unberührt in den Darm kommen. So werden die Inhaltsstoffe dosiert über die Darmwand aufgenommen.

<sup>1</sup>) Zink, <sup>2</sup>) Magnesium



## Warum Alka® Tabs Calcium?

- Löst sich im Darm auf und wird optimal über die Darmwand aufgenommen
- Ist gut für die Funktion der Muskeln<sup>2</sup>
- Aktiviert Ihre natürliche Energie im Körper<sup>2</sup>
- Unterstützt das Immunsystem<sup>1</sup>

## Was macht Alka® Tabs Calcium so besonders?

Alka® Tabs Calcium sind magensaftresistente Kapseln, die aus einer Kombination von Calciumcarbonat und Zink hergestellt werden. Diese Kapseln bieten die optimale Kombination für jeden der seinen Körper mit einer extra Portion Calcium und Zink unterstützen möchte. Alka® Tabs Calcium haben eine spezielle magensaftresistente Kapselhülle welche dafür sorgt, dass die Inhaltsstoffe nicht durch die Magensäure neutralisiert werden, sondern unberührt in den Darm kommen. So werden die Inhaltsstoffe dosiert über die Darmwand aufgenommen.

<sup>1</sup>) Zink, <sup>2</sup>) Calcium

# Alka® Spermidin

“Basischer Spermidin-Komplex”



Alka® Spermidin Forte ist ein basischer Spermidin-Komplex mit B-Vitaminen und Zink.

- ✓ Mit einem hohen Spermidin-gehalt von **3 mg per Kapsel**
- ✓ Aus natürlichen Buchweizenkeimlingen, angebaut in Österreich
- ✓ Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei<sup>1</sup>
- ✓ Trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei<sup>1</sup>

## Warum Alka® Spermidin Forte?

- Trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei<sup>2</sup>
- Hat eine Funktion bei der Zellteilung<sup>2</sup>
- Trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen<sup>1</sup>
- Trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei<sup>1</sup>
- Trägt zur normalen psychischen Funktion bei<sup>2</sup>

## Was ist Alka® Spermidin Forte?

Alka® Spermidine Forte ist ein basischer Spermidin-Komplex mit B-Vitaminen und Zink. Das Spermidin und die B-Vitamine sind in speziell angebauten Buchweizenkeimlingsmehlen enthalten. Dank der exklusiven Anbauweise enthält dieses Produkt eine sehr hohe Spermidinkonzentration von sogar **3 mg pro Kapsel**.

1) Zink, 2) Vitamin B12

# Alka® Mineralien

“Hochwertige Zusammensetzung aus basischen Mineralstoffen und Bio-Gräsern”



Inhalt: 120 vegetarische Kapseln

Alka® Mineralien ist ein basisches Nahrungsergänzungsmittel in Vega-Kapselform, welches eine Auswahl an basischen Bio-Gräsern und allen wichtigen basischen Mineralstoffen, einschließlich Zink, Kupfer und Selen, zur Unterstützung eines gesunden Immunsystems enthält.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei<sup>1</sup>
- ✓ Unterstützt das Immunsystem<sup>1,2,3,4</sup>
- ✓ Ist gut für die Knorpelaufbau<sup>7</sup>

## Warum Alka® Mineralien?

- Calcium und Magnesium aus reinen kalzifizierten Algen
- Vollständige Ergänzung Ihrer essentiellen Mineralstoffversorgung
- Trägt zu extra Energie bei Müdigkeit bei<sup>1,2</sup>
- Trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei<sup>1,3</sup>
- Unterstützt das Immunsystem<sup>2,4,5,6</sup>

## Was macht Alka® Mineralien so besonders?

Alka® Mineralien ist ein Nahrungsergänzungsmittel in Kapselform mit einer hochwertigen Zusammensetzung aus basischen Mineralien, Spurenelementen und biologischen Gräsern. Unser Körper braucht Mineralstoffe für viele Prozesse im Körper. Die in Alka® Mineralien erhaltenen Mineralstoffe wie Zink, Kupfer und Selen unterstützen die normale Funktion des Immunsystems und viele andere natürlichen Körperfunktionen.

1) Magnesium, 2) Eisen, 3) Calcium, 4) Kupfer, 5) Selen, 6) Zink, 7) Mangan

# Alka® Greens

“Alles in einem Glas: Ihre tägliche Portion Gesundheit”



Packungsgrößen:  
- 10 Portionsbeutel à 10 g  
- 30 Portionsbeutel à 10 g

Alka® Greens ist ein leckeres basisches Smoothie-Pulver zum Auflösen in Wasser.

- ✓ Trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei<sup>1</sup>
- ✓ Trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei<sup>2</sup>
- ✓ Trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei<sup>3</sup>
- ✓ Trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei<sup>4</sup>
- ✓ Trägt zu einer normalen Herzfunktion bei<sup>6</sup>



## Warum Alka® Greens?

- Trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße bei<sup>5</sup>
- Liefert Ballaststoffe, Enzyme und Milchsäurebakterien
- Enthält natürliche B-Vitamine und Vitamin C
- Hoher Antioxidanswert\*
- Praktische Portionsbeutel, auch für unterwegs

## Was ist Alka® Greens?

Alka® Greens ist ein köstlicher grüner Smoothie, der den Körper täglich mit wichtigen basischen Nährstoffen versorgt. Die Zusammensetzung enthält hochwertige natürliche Extrakte aus Gemüse, Obst, Keimgräsern, Algen und Kräutern. Dazu enthält Alka® Greens Vitamine und Mineralien aus pflanzlichen Quellen. Außerdem unterstützt Alka® Greens die Verdauung und Darmfunktion mit Ballaststoffen, Enzymen und Milchsäurekulturen.

## Das ist in einem Portionsbeutel Alka® Greens (10 g) drin:

### KEIMGRÄSER UND ALGENEXTRAKTE

Weizengras (Triticum vulgare)..... 2312 mg  
Gerstengras (Hordeum vulgare)..... 2312 mg  
Alfalfa (Medicago sativa L.)..... 100 mg  
Spirulina (Spirulina platensis) ..... 800 mg  
Chlorella (Chlorella vulgaris).....400 mg

### OBST- UND GEMÜSE-EXTRAKTE

Fruits & Greens™ ..... 800 mg  
- Paprika (Capsicum annuum)  
- Ingwer (Zingiber officinale)  
- Brokkoli (Brassica oleracea)  
- Spinat (Spinacia oleracea)  
- Grünkohl (Brassica oleracea)  
- Kohl (Brassica oleracea)  
- Grüner Tee (Camellia sinensis)  
- Himbeere (Rubus idaeus)  
- Banane (Musa x paradisiaca)  
- Kiwi (Actinidia deliciosa)  
- Mango (Mangifera indica)  
- Pflaume (Prunus domestica)  
- Cranberry (Vaccinium macrocarpon)  
- Ananas (Ananas comosus)  
- Orange (Citrus sinensis)  
- Pink Grapefruit (Citrus x paradisi)  
- Kirsche (Prunus avium)  
- Zitrone (Citrus x limon)  
- Blumenkohl (Brassica oleracea)  
- Weizengras (Triticum vulgare)  
- Alfalfa (Medicago sativa)  
- Spirulina (Spirulina platensis)  
- Chlorella (Chlorella vulgaris)

### BALLASTSTOFFE

Gummi arabicum (Acacia senegal)... 1000 mg  
Apfelfaser ..... 800 mg



1) Zink, 2) Vitamin B3, 3) Vitamin B12, 4) Vitamin B6, 5) Vitamin C, 6) Vitamin B1  
\* ORAC-Wert wurde von einem unabhängigen Labor festgestellt

### KRÄUTEREXTRAKTE

Solidago (Solidago virgaurea) ..... 100 mg  
Grüner Tee (Camellia sinensis) ..... 100 mg  
Ingwer (Zingiber officinale) ..... 100 mg  
Kurkuma (Curcuma longa) ..... 100 mg

### ENZYME

DigeZyme® ..... 50 mg  
- Amylase  
- Lactase  
- Cellulase  
- Protease  
- Lipase

### MILCHSÄUREKULTUR

Lactospore® ..... 100 mg  
- Lactobacillus (Bacillus coagulans)

### VITAMINE UND MINERALSTOFFE

Panmol® natürlicher  
Vitamin B-Komplex aus Quinoa (Chenopodium quinoa) ..... 300 mg  
Acerola (Malpighia glabra) (wovon 50 % natürliches Vitamin C) ..... 200 mg  
Zinkgluconat ..... 11,2 mg

### SONSTIGE

Stabilisatoren (Gummi arabicum, Maltodextrin, Maisstärke), natürliches Aroma (Waldfrüchte, Vanille), Säureregulator (Zitronensäure), Süßstoff (Steviolglycoside)

### ZUSAMMENSETZUNG PRO TAGESPORTION (10 GRAMM):

Vitamine & Mineralstoffe	Menge	NRV*
Vitamin C	100 mg	125 %
Vitamin B1	0,26 mg	24 %
Vitamin B2	0,31 mg	22%
Vitamin B3	3,36 mg	21%
Vitamin B5	1,07 mg	18 %
Vitamin B6	0,29 mg	21 %
Biotin (Vit B8)	9 µg	18 %
FFolsäure (Vit. B9)	35,76 µg	18 %
Vitamin B12	0,44 µg	18 %
Zink	1,51 mg	15 %

\* Referenzmenge nach EU-Lebensmittelinformationsverordnung

# Alka® Tee

*“Schmeckt gut, tut gut: genießen Sie eine Tasse pure Natur aus 52 basischen Kräutern”*



Packungsgrößen:  
- 50 Teebeutel à 2 g  
- 100 Teebeutel à 2 g

Der beliebte Alka® Tee ist mit höchster Sorgfalt aus 52 verschiedenen basischen Kräutern zusammengestellt um Ihnen eine wohltuende und schmackhafte Tasse Tee für jeden Moment des Tages zu bieten.

- ✓ Ausgewogene Mischung aus 52 basischen Kräutern
- ✓ Perfekt für jeden Moment des Tages
- ✓ 100 % natürlich

## Warum Alka® Tee?

- Teebeutel aus chlorfreiem Papier, ohne Mikroplastik
- Frisch und mild aromatisch im Geschmack
- Koffein- und gerbsäurefrei und besonders reich an Antioxidantien\*

## Besonders reich an Antioxidantien

Wussten Sie, dass Alka® Tee besonders reich an Antioxidantien ist? Antioxidantien sind in Gemüse, Obst und Kräutern enthalten und können freie Radikale abfangen. Wir haben unseren Kräutertee von einem unabhängigen Labor auf den ORAC-Wert (Antioxidantien) testen lassen. Dies zeigte, dass Alka-Tee einen ORAC-Wert von nicht weniger als 70.000 (gemessen pro 100 Gramm) hat.

\* ORAC-Wert offiziell von einem unabhängigen Labor ermittelt

## Zutaten:

Ackerkraut, Ackerschachtelhalm, Anis, Ashwagandhawurzel, Bockshornkleesamen, Bohnenkraut, Brennnesselblätter, Brombeerblätter, Dillfrüchte, Echter Ehrenpreis, Echter Eibisch, Echtes Mädesüß, Eisenkraut, Estragon, Eukalyptusblätter, Fenchel Früchte, Frauenmantel, Gänsefingerkraut, Gewürznelke, Grüner Tee, Himbeerblätter, Ingwerwurzel, Kamillenblüten, Knoblauch, Korianderfrüchte, Krause Petersilie, Kümmelfrüchte, Kurkumawurzel, Lavendelblüten, Liebstöckelblätter, Lindenblüten, Löwenzahnwurzel, Lungenkraut, Mateblätter, Melissenblätter, Oregano, Pfefferminzblätter, Queckenwurzel, Ringelblume, Rosmarinblätter, Salbeiblätter, Schafgarbe, Schwarzer Holunderblüten, Schwarzer Pfeffer, Solidago, Spitzwegerich, Thymian, Wein-Rosenblüten, Wildes Stiefmütterchen, Zimtrinde, Zitronenschale, Zitronenstücke (in veränderlichen Gewichtsanteilen)



## Zubereitung:

Geben Sie einen Teebeutel in eine Tasse mit 250 ml sprudelnd kochendem Wasser. Lassen Sie den Tee 5 Minuten ziehen. Den Tee umrühren und entspannt trinken. Sie können eventuell den Teebeutel länger ziehen lassen, um den Kräutertee nach Bedarf stärker werden zu lassen. Bewahren Sie die Verpackung an einem kühlen, trockenen Ort auf, um die Qualität des Tee gewährleisten zu können.



## Tipp!

Mit Alka® Tee können Sie auch einen herrlichen Eistee machen. Lassen Sie dazu den Tee abkühlen und stellen Sie ihn danach in den Kühlschrank, bis er richtig kalt ist. Je nach Wunsch können Sie den Eistee mit zum Beispiel Eiswürfeln, Zitrone, Minze, Ingwer, Erdbeeren oder Gurkenscheiben weiter verfeinern.



# Alka® Deo

“Alka® Deo, das erste Deodorant, das basisch, vegan und natürlich ist!”



Packungsgrößen:  
- Stick von 25 ml  
- Stick von 75 ml

Alka® Deo ist Deo und Creme in einem. Es kombiniert die basischen hautpflegenden Eigenschaften von Alka® Creme mit den Eigenschaften eines natürlichen, basischen Deodorants und unterscheidet sich damit von aktuellen Deodorants und Antitranspirantien.

- ✓ Natürliche Geruchsneutralisation durch basischen pH-Wert 8,2
- ✓ Aus pflegenden Ölen und wertvollen basischen Zutaten

# Alka® Creme

“Ihre basische Tag- und Nachtcreme für eine gesunde, strahlende und fühlbar entspannte Haut”

Alka® Creme ist eine basische Creme, deren einzigartige Zusammensetzung speziell für die basische Pflege normaler und empfindlicher Haut entwickelt wurde.

- ✓ Unterstützt die Regeneration von Problemhaut
- ✓ Für den täglichen Schutz und die tägliche Pflege gesunder Haut
- ✓ Ist für die Ganzkörperpflege geeignet



Packungsgrößen:  
- Pumpflasche à 50 ml  
- Pumpflasche à 150 ml



## Warum Alka® Deo?

- Aluminiumfrei
- 100 % Natürlich
- Vegan
- Erstickt unangenehme Gerüche im Keim
- Pflegend
- Für alle Hauttypen geeignet



## Was macht Alka® Deo besonders?

Mit einem basischem pH-Wert von 8,2 in Kombination mit dem enthaltenem Magnesium und Zink wirkt Alka® Deo unangenehmen Gerüchen entgegen und fungiert somit als ein Anti-Odorant, hindert unseren Körper aber nicht am Schwitzen. Das basische Alka® Deo verhindert die Geruchbildung, indem es die Bakterien, die den Geruch produzieren, effektiv neutralisiert.

## Warum Alka® Creme?

- Unterstützt die Regeneration von Problemhaut
- Kann als Tages- und/oder Nachtpflege gebraucht werden
- Unterstützt eine gesunde Haut nach dem Sonnenbad
- Schützt und pflegt die Haut in der kalten Winterzeit



## Was macht Alka® Creme besonders?

Alka® Creme ist eine basische Creme, deren einzigartige Zusammensetzung speziell für die basische Pflege normaler und empfindlicher Haut entwickelt wurde.

Die Haut übersäuert, trocknet aus oder wird fettig, was zu Hautbeschwerden aller Art führt. Mit einem basischen pH-Wert von 8,2 neutralisiert Alka® Creme diese sauren Ausscheidungen und erhält so den natürlichen pH-Wert der Haut.

# Alka® Bad

*“Ihre basische Tiefenreinigung für eine gesunde, strahlende und weiche Haut”*



Packungsgrößen:  
- Dose à 250g  
- Dose à 600g  
- Dose à 1200g  
- Dose à 2400g

Alka® Bad ist ein einzigartiges basisches Badesalz für entsäuernde Voll-, Hand- oder Fußbäder. Die reichhaltige Mineralformel verleiht dem Badewasser einen optimalen basischen Wert von ca. pH 8,5.

- ✓ Für die optimale Tiefenreinigung
- ✓ Unterstützt entspannte Muskeln mit Kalzium und Magnesium
- ✓ Stimuliert die Produktion neuer Hautzellen

## Warum Alka® Bad?

- Unterstützt die Entfernung saurer Abfallstoffe
- Enthält 12 Arten von Edelsteinen, die die Haut nähren
- Bringt das Badewasser auf einen pH-Wert von 8,5
- Hilft bei der Unterstützung eines gesunden Säure-Basen-Gleichgewichts

## Was macht Alka® Bad besonders?

Alka® Bad ist ein spezielles Badesalz zum Genießen von entsäuernden Voll-, Hand- oder Fußbädern. Die sehr reichhaltige Mineralformel von Alka® Bad verleiht dem Badewasser einen optimalen basischen Wert von ca. pH 8,5. Dies gibt Ihrer Haut eine Tiefenreinigung. Es fördert die Entfernung von sauren Abfallstoffen und stimuliert die Produktion neuer gesunder Hautzellen. Ihre Haut kann wieder atmen und wird wunderbar weich.

## Basischer pH-Wert

Basische Bäder helfen dem Körper, saure Abfallstoffe durch die Haut auszuscheiden. Durch die Zugabe von basischem Badesalz zu Ihrem Badewasser erhält das Wasser einen pH-Wert von ca. pH 8,5. Überschüssige Säuren in Ihrem Körper werden über die Haut abtransportiert. Die sauren Ablagerungen auf der Haut werden neutralisiert, wodurch die regulierende Wirkung der Talgdrüsen wiederhergestellt wird.

## Pflegend

**Himalaya-Salz mineralisiert die Haut:** Das nicht raffinierte Himalaya-Salz in Alka® Bad enthält insgesamt 84 ursprüngliche Mineral- und Spurenelemente. Diese werden bei jedem Bad optimal durch die Hautzellen aufgenommen. Eine gute Versorgung der Haut mit Mineralien und Spurenelementen schützt sie gegen Übersäuerung.

**Magnesium entspannt Ihre Muskeln:** Magnesium ist ein Mineral, das unter anderem zur Entspannung der Muskeln beiträgt. Alka® Bad enthält die richtige Menge Magnesium für eine optimale Entspannung Ihrer Muskeln. Genießen Sie Alka® Bad nach dem Sport oder nach einem stressigen Tag.

**12 Sorten Edelsteine versorgen Ihre Haut:** Edelsteine haben durch ihre mineralisierende und energetische Kraft eine große heilende Wirkung. Alka® Bad enthält deshalb 12 verschiedene Sorten Edelsteine in reiner Puderform:



## Unterstützend

Ein gestörtes Säure-Basen-Gleichgewicht der Haut kann zu allerlei (Haut-) Störungen und trockener Haut führen. Eine basische Hautpflege mit basischen Badesalzen ist dann eine hervorragende Unterstützung, um das gestörte Gleichgewicht wieder herzustellen. Beeindrucken Sie mit gesunder Haut!

## Inhaltsstoffe:

Maris Sal, Himalaya-Salz, Natriumbicarbonat, Natriumcarbonat, Kaliumcarbonat, Kalziumcarbonat, Magnesiumsulfat, Agat, Amazonit, Bernstein, Bergkristall, Karneol, Chalzedon, Chiasolith, Citrin, Chrysopras, Rosenquartz, Türkis und Smaragd.



# Alka® pH-Teststreifen

“Für die einfache und unkomplizierte Messung des pH-Wertes”



Inhalt: 100 Teststreifen

Ob unser Körper übersäuert ist, kann leicht über den Urin gemessen werden. Mit den Alka® pH-Teststreifen können Sie den Säuregrad Ihres Urins messen, um so eine Vorstellung zu bekommen ob Ihr Körper übersäuert ist.

- ✓ Messen Sie einfach und unkompliziert den pH-Wert Ihres Urins
- ✓ Ergebnisse sind innerhalb von Sekunden sichtbar

## Warum Alka® pH-Teststreifen?

- Verpackung mit deutlicher pH-Farbskala
- pH-Teststreifen in Laborqualität für hochpräzise Messungen
- Optimale Messergebnisse erzielen

## Der pH-Wert des Urins und was dieser uns sagen kann

Der pH-Wert unseres Urins, ist ein wichtiger Indikator für den Zustand unserer Gesundheit. Die Messung des Urin-pH-Wertes mittels Indikator-Messstreifen bietet eine einfache Möglichkeit, die aktuelle Stoffwechselsituation und die Situation des Säure-Basen-Haushalts unseres Körpers zu ermitteln. Alka® pH-Teststreifen sind zur einfachen und unkomplizierten Messung von Flüssigkeiten entwickelt worden. So können Sie den pH-Wert Ihres Urins ganz einfach messen.

# Ernährungstipps

“Als zusätzliche Unterstützung für die Alka® Produkte”

## Tipps 1: Essen Sie viel Gemüse

Gemüse ist sehr gesund für den Körper, weil es u.a. viele natürliche Vitamine, basische Mineralstoffe, Ballaststoffe und sekundäre Pflanzenstoffe enthält. Um so viele von diesen Mineralstoffen und Vitaminen wie möglich aufnehmen zu können, ist es am besten Gemüse zu dämpfen, da beim Kochen ein Teil der Vitamine und Mineralstoffe in das Kochwasser abgegeben werden.



## Tipps 2: Seien Sie sparsam mit Zucker

Vor allem raffiniertes, weißer Zucker, wirkt stark übersäuernd. Wenn Sie hiervon zu viel verzehren, ist die Gefahr auf eine chronische Übersäuerung groß.



## Tipps 3: Essen Sie Obst in Maßen

Obst enthält viele gesunde Nährstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe. Es enthält jedoch auch viel Fruchtzucker, der übersäuernd wirkt. 2 Stücke Obst am Tag ist eine gute Richtlinie um den Körper nicht mit zu viel Säure zu belasten.



## Tipps 4: Seien Sie sparsam mit Softdrinks und industriell hergestellten Fruchtsäften

Softdrinks enthalten eine große Menge Zucker. Eine Flasche Cola oder Limonade enthält durchschnittlich 33 % Zucker. Aber auch die Softdrinks mit künstlichen Süßstoffen, wie z. B. light Colas Zero, wirken stark übersäuernd auf den Körper. Fruchtsäfte aus Kartons wirken aufgrund der Art der Produktion ebenfalls übersäuernd. Es ist besser, wenn Sie frischgepresste Fruchtsäfte in Maßen genießen, da diese natürliche Vitamine, Mineralstoffe und Fruchtzucker enthalten.



## Tipps 5: Seien Sie sparsam mit Fleisch und Fisch

Fisch und Fleisch, vor allem rotes Fleisch, enthält viel Purine. Das ist ein Stoff, welcher zur übermäßigen Harnsäure Bildung führt. Fisch enthält aber auch viel gute essentielle Fettsäuren, welche unser Körper nötig hat um gesund zu funktionieren. In Kombination mit einer aktiven Entsäuerung, ist der Verzehr von Fisch 1 bis 2 Mal in der Woche empfehlenswert.



Auf der nächsten Seite finden Sie eine Übersicht über die verschiedenen Arten von Lebensmitteln. Sie werden nach ihrer basischen oder säurebildenden Wirkung auf den Körper eingeteilt.

## Basisch

**Gemüse & Gräser**

Alfalfa  
Artischocke  
Aubergine  
Blumenkohl  
Brokkoli  
Brunnenkresse  
Butterkopfsalat  
Chicorée  
Eisbergsalat  
Endivie, frisch  
Feldsalat  
Fenchel  
Gerstengras  
Graswurzel  
Grüne Bohnen  
Grüner Salat

Grünkohl  
Gurke  
Kamutgras  
Kartoffel  
Kartoffel, süß  
Knoblauch  
Kohlrabi  
Kresse  
Kürbis  
Lauch  
Meerrettich  
Möhren  
Paprika  
Prinzessbohne  
Radieschen  
Rettich weiß /  
schwarz

Rosenkohl  
Rote Beete  
Rotkohl  
Rüben  
Rucola  
Schachtelhalm  
Schalotten  
Schnittbohne  
Schnittlauch  
Seetang & Algen  
Sellerie  
Spinat  
Spirulina  
Steckrübe  
Tomate  
Weißkohl  
Weizengras

Wirsing  
Zucchini  
Zwiebel  
**Hülsenfrüchte**  
Sojabohnen, frisch  
Sojalecithin, rein  
Sojamehl  
Sojasprossen  
Tofu  
**Obst**  
Ananas  
Apfel  
Aprikose  
Avocado  
Beere, rot / schwarz  
Blaubeere  
Cantaloup-Melone

Cranberry  
Erdbeere  
Granatapfel  
Grapefruit  
Guave  
Heidelbeere  
Himbeere  
Honigmelone  
Johannisbeere  
Kaki  
Kirsche  
Kiwi  
Kokosnuss, frisch  
Limette  
Mandarine  
Mango  
Papaya

Pflaumen  
Stachelbeere  
Traube  
Wassermelone  
Zitrone  
**Trockenobst**  
Apfel  
Cranberry  
Datteln  
Pflaumen  
Rosinen  
Feigen  
**Körner & Samen**  
Bockshornkleesamen  
Chia-Samen  
Dinkelsamen  
Fenchelsamen

Hanfsamen  
Haselnuss  
Kreuzkümmel  
Kümmel  
Leinsamen  
Quinoa-Samen  
Sesamsamen  
**Getreide**  
Buchweizen  
**Kräuter & Gewürze**  
Basilikum  
Cayennepfeffer  
Himalaya-Salz  
Ingwer, frisch  
Kurkuma  
Meersalz  
Minze

Oregano  
Thymian  
Zitronengras  
Zitronenmelisse  
**Getränke**  
Kräutertees  
Leitungswasser  
Mineralwasser, still

## Leicht basisch

**Gemüse & Gräser**

Agar-Agar  
Champignons  
Spargel  
**Nüsse**  
Kastanien  
Paranüsse

**Getreide**  
Quinoa  
**Essig & Gewürze**  
Apfelessig  
Essiggurken  
Knoblauch  
Pfeffer

Silberzwiebeln,  
eingelegt  
Weinessig  
**Milchprodukte**  
Molke  
Muttermilch

**Öle & Fette**  
Avocadoöl  
Fischöl  
Kokosnussöl  
Leinsamenöl  
Olivenöl  
Rapsöl

Sesamöl  
**Süßstoffe**  
Kaltgeschleuderter  
Honig  
Kokosblütenzucker  
Stevia

**Getränke**  
Roibuschtee  
Tee, weiß und grün

Leicht  
säurebildend

**Gemüse & Gräser**  
Rhabarber  
**Hülsenfrüchte**  
Braune Bohnen  
Erbsen  
Hummus

Kichererbsen  
Kidneybohnen  
Limabohnen  
Linsen  
Weiße Bohnen

**Samen**  
Pinienkerne  
**Getreide**  
Reis, braun  
Vollkorn Reis

**Brot &  
Getreideerzeugnisse**  
Weizenvollkornbrot,  
ohne Hefe

**Milchprodukte, Fette  
und Eier**  
Butter  
Buttermilch  
Eiweiß  
Frischkäse

Joghurt  
Milch  
Quark  
Sahne  
**Öle & Fette**  
Walnussöl

**Getränke**  
Mandelmilch,  
ungesüßt  
Mineralwasser mit  
Kohlensäure  
Reismilch, ungesüßt

Sojamilch, ungesüßt  
Wein, rot

## Säurebildend

**Fleisch, Geflügel  
& Fisch**

Austern  
Barsch  
Dorade  
Fleisch  
Flusskrebs  
Forelle  
Hähnchen  
Hering  
Hummer  
Innereien  
Kabeljau  
Kalbfleisch  
Karpfen

Knochen  
Lachs  
Lamm  
Leber  
Makrele  
Pangasius  
Rindfleisch  
Roter Knurrhahn  
Schweinefleisch  
Seelachs  
Seezunge  
Tilapia  
**Nüsse**  
Cashewnüsse  
Erdnüsse

Kürbiskerne  
Macadamianüsse  
Mandeln  
Pecannüsse  
Pistazien  
Sonnenblumenkerne  
Walnüsse  
**Getreide**  
Amaranth  
Bulgur  
Dinkel  
Gerste  
Hafer  
Hirse  
Mais

Reis, weiß  
Roggen  
Weizen  
**Brot &  
Getreideerzeugnisse**  
Dinkelbrot  
Grieß  
Pasta  
Roggenbrot  
Schwarzbrot  
Weißbrot  
Weizenvollkornbrot,  
mit Hefe

**Milchprodukte, Fette  
und Eier**  
Eigelb  
Hartkäse  
Joghurt, gesüßt  
Joghurtgetränk  
Pudding  
Schmelzkäse  
Schokoladenmilch  
Streukäse  
**Öle & Fette**  
Flüssige Bratbutter  
Gehärtete Fette  
Maisöl  
Sonnenblumenöl

**Soßen & Gewürze**  
Curry  
Ketchup  
Mayonnaise  
Senf  
**Süßstoffe**  
Brauner Reissirup  
Fruktose  
Gerstenmalzsirup  
Haushaltszucker  
Honig  
Künstliche Süßstoffe  
Melasse  
Milchzucker  
Rohrohrzucker

Rübenzucker  
**Verschiedenes**  
Fertigprodukte  
Kartoffelchips  
Kekse  
Pizza  
Schokolade  
Süßigkeiten  
Verarbeitete Lebens-  
mittel  
**Getränke**  
Alkohol  
Alkoholfreie Getränke  
Bier

Cola (auch light  
und zero)  
Energy-Drinks  
Fruchtsaft, gesüßt  
Kaffee  
Likör  
Tee, schwarz  
Wein, Rosé  
Wein, weiß



# Alka® Coach

*“Für persönliche Beratung”*

Haben Sie Fragen zu einem der Alka® Produkte?  
Möchten Sie eine persönliche Beratung bezüglich Ihre Gesundheit erhalten?  
Dann besuchen Sie unsere Webseite [www.alkavitae.de/kontakt-kundenservice](http://www.alkavitae.de/kontakt-kundenservice)  
um dort Ihre Frage zu stellen,  
so erhalten Sie, so schnell wie möglich eine maßgeschneiderte Beratung.  
Unser Alka® Coach ist auch telefonisch zu erreichen:

☎ DE: 0211 38789304

Unsere Webseite und unser Online-Shop [www.alkavitae.de](http://www.alkavitae.de)

## Folgen Sie uns!

### Social media

📷 [instagram.com/alkavitae.de](https://www.instagram.com/alkavitae.de)  
📘 [facebook.com/AlkaEntsauern](https://www.facebook.com/AlkaEntsauern)

### und...

Melden Sie sich für unseren Newsletter an um News,  
Infos und Sonderangebote zu erhalten:

📧 [www.alkavitae.de/Newsletter](http://www.alkavitae.de/Newsletter)



AlkaVitae® Deutschland GmbH  
Prinzenallee 7  
40549 Düsseldorf

**AlkaVitae®**  
the original Alka® company