

Dein Wegweiser zur Ganzheitlichen Gesundheit mit Effektiven Mikroorganismen



Vorstellung gemeinnütziger Verein EM Bakterienfreunde

Welche Rolle spielen EMs bei deiner Gesundheit?

Was sind Mikroorganismen?

- Der Gesundheitskreis
- Bakterien
- Säure-Basen-Haushalt

Fragen





## Jürgen Amthor

- Gründer der Eußenheimer Manufaktur
- Produktentwickler
- Gründer und Vorstand des gemeinnützigen Vereins EM Bakterienfreunde

[info@em-bakterienfreunde.com](mailto:info@em-bakterienfreunde.com)

*„Wir möchten Menschen helfen, gesund zu bleiben oder zu werden. Das liegt uns am Herzen und bereitet uns die größte Freude.“*





**EM BAKTERIEN  
FREUNDE** gemeinnütziger  
Verein



## Ziele des Vereins EM Bakterienfreunde

- Verbreitung der Effektiven Mikroorganismen **weltweit**
- **Gemeinnützige Projekte** weltweit
- Forschung- und Entwicklung für eine **nachhaltigere und bessere Welt**
- Unterstützung von nachhaltigen Projekten im **Bereich Gesundheit, Garten, Landwirtschaft, Umwelt**
- Erfahrungsaustausch und Zusammenführung von Gleichgesinnten
- Vorträge, Schulungen und Seminare weltweit
- **Zusammenarbeit** mit anderen Vereinen, Universitäten und Institutionen
- Publikationen von **Studien und neuesten Erkenntnissen**



## Projekte EM Bakterienfreunde

Gemeinnütziger Verein EM Bakterienfreunde



Terra Preta Projekt in Nepal



Bevorstehendes Projekt in Eritrea



[www.em-bakterienfreunde.com](http://www.em-bakterienfreunde.com)  
[info@em-bakterienfreunde.com](mailto:info@em-bakterienfreunde.com)



## Ärztinnen und Ärzte

Dr. med. Sabine  
Fauth-Vergote

Würzburg

Dr. med. Rybol

Lohr

Dr. med. Haas

Tumorzentrum Hoechst

Dr. med. Brüms

Dr. Dr. Weth

Bad Kissingen

u.v.m.

## Heilpraktiker\*innen

Verena Böer

Waldbüttelbrunn

Anja Kleinhenz

Bad Kissingen

Andreas Keßler

Ramsthal

Sabine Höhn

Flörsbachtal-Lohrhaupten

Susanne Schulz

Großheubach

u.v.m. (> 100)

## Bereich Tiere

Pro Animale Tiere in Not e. V

Schweinfurt

Gnadenhof Rhönwiese e. V

Lutz Stamm

Vereinigung d. Freizeitreiter u. Fahrer

Deutschland

Landesverband Bayern e. V

Dr. Hasan Tatari

Berlin

Tierheilpraxis Kilbert

## Bereich Garten / Landwirtschaft/Weinbau

Schloss Sanssouci

Potsdam

Natur im Garten e.V.

Gartenmarkt Schlereth

Bad Kissingen

LW Röder

Pfaffenhausen

Bayr. Anstalt für Weinbau

Veitshöchheim

Weinbau: Juliuspital

Würzburg

Weingut Drescher

Weingut Baldauf

u.v.m.





## Welche Rolle spielen EMs bei der Entsäuerung?

# Dein Wegweiser zur Ganzheitlichen Gesundheit mit **Effektiven Mikroorganismen**

- i** Mikroorganismen sind spezielle Bakterien. Um verständlich zu machen, wie wichtig Mikroorganismen oder Bakterien sind, müssen wir einen Schritt weiter vorne beginnen. So ungefähr bei der Entstehung der Erde.



## Entstehung der Mikroorganismen



Entstehung der Erde  
**vor ca. 4,5 Milliarden Jahren**

Erste Einzeller  
**vor 3,8 Milliarden Jahren**

Erste Sauerstoff freisetzende Bakterien  
**vor 3 Milliarden Jahren**



Ausbildung der Ozonhülle  
**vor 2,8 Milliarden Jahren**

**i** Wie in einem Kochtopf brodelt die „Ur-Suppe“ vor sich hin. Erste langkettige Moleküle umschließen freie Aminosäuren - Prototypen einer Zelle. Es dauert noch eine Weile, bis die Arbeiten in diesen Einschlüssen aufeinander abgestimmt sind wie in einer Fabrik. Vor 3,5 Milliarden Jahren entstehen einfache Bakterien.

Quelle: [https://www.planet-wissen.de/natur/mikroorganismen/bakterien\\_urkeime\\_hefifer\\_erreger/index.html](https://www.planet-wissen.de/natur/mikroorganismen/bakterien_urkeime_hefifer_erreger/index.html)



Bakterien an Land  
**vor 1,4 Milliarden Jahren**

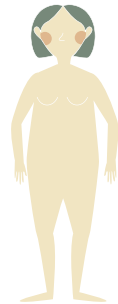
Erste Mehrzeller  
**vor 600 Millionen Jahren**





Homo Sapiens

**vor 200 000 Jahren**



Entstehung der Eußenheimer Manufaktur

**vor 20 Jahren**



### Ohne Mikroorganismen...

- ... **keinen Sauerstoff zum Atmen**
- ... **kein Humus für das Pflanzenwachstum**
- ... **kein Stickstoff für das Pflanzenwachstum**
- ... **keine Nahrung für Mensch und Tier**
- ... **keine Menschen, keine Tiere, keine Pflanzen**

**→ KEIN LEBEN AUF DIESEM PLANETEN**



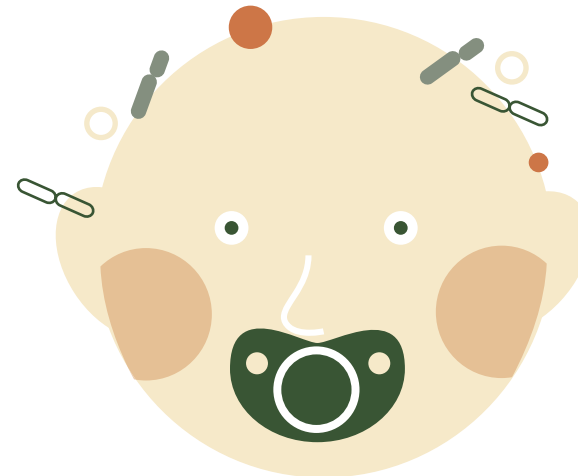
## Entstehung des Immunsystems



- i** Bei der Geburt übernimmt das Baby durch den Geburtskanal die Bakterien der Mutter. Dadurch entwickelt sich das Immunsystem.

- i** Beim Stillen werden die guten Bakterien gefüttert und das Immunsystem trainiert.

## Bakterien der Mutter





Quelle Grafik: <https://www.youtube.com/watch?v=zQG0c0UBi6s&t=154s>

- i** Theoretisch könnten wir jeden Tag mehrmals sterben:
- Wir bekommen Krebs, beginnen zu schimmeln, werden von Bakterien angeknabbert oder von Viren infiziert.
  - Jeden Tag wird uns mehrere Male das Leben gerettet.
  - Seltsam wachsende Zellen werden abgetötet, Pilzsporen werden eliminiert, Bakterien zerlöchert und Viren durchgeschnitten.
  - Diesen Service erledigt unser Immunsystem mit sehr vielen kleinen Zellen.
  - Bei diesem Vorgang spielen die Darmbakterien die größte Rolle.

**Die Grundlage des Lebens und unsere Gesundheit liegt in der Hand von Mikroorganismen**



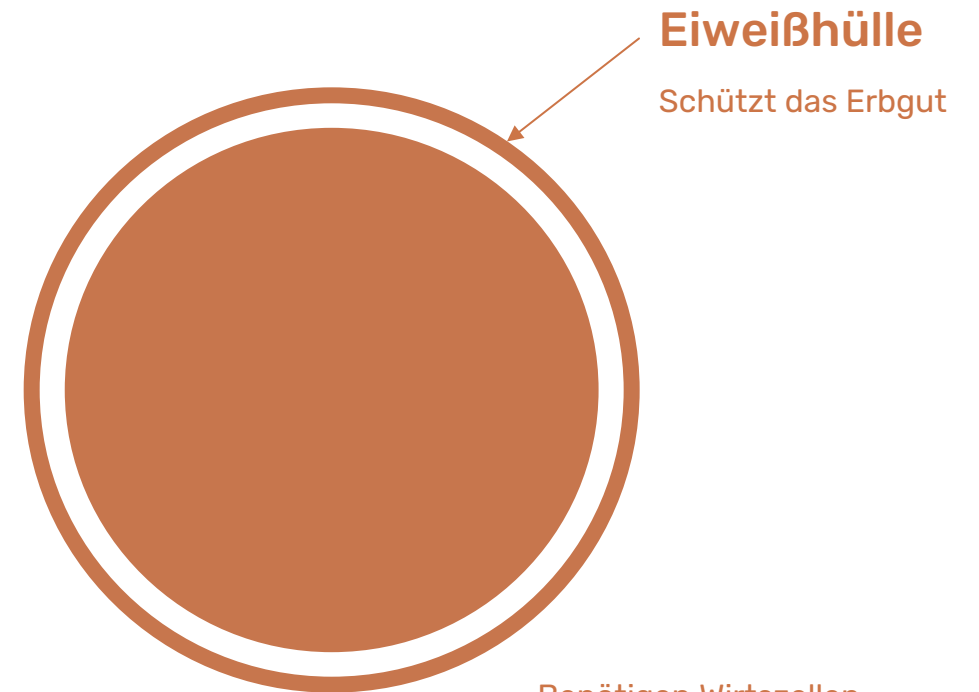
## Der Unterschied von Bakterien und Viren



0 → 00 → 0000 → 00000000

# Bakterium

Lebewesen

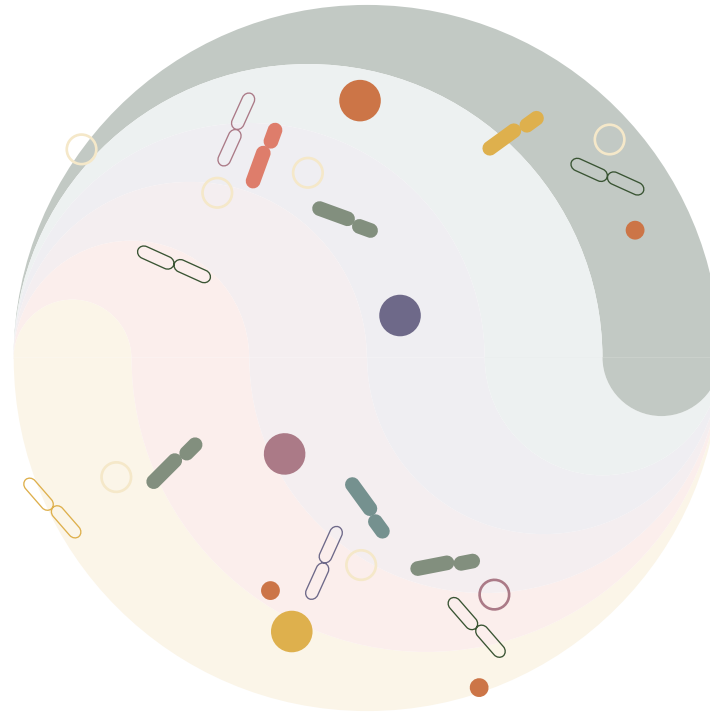


# Virus

Kein Lebewesen







**i** Bakterien spielen in jedem Bereich der ganzheitlichen Gesundheit eine große Rolle. Sie sind überall zu finden und haben überall Einfluss.



## Bakterien

# >7,8 Milliarden

In einer Hand voll Muttererde sind mehr Mikroorganismen als es Menschen auf der Erde gibt.

# ca. 500

Verschiedene Arten von Mikroorganismen besiedeln uns, die alle zusammen arbeiten und eine ökologische Einheit bilden.

# ca. 100 Billionen

Mikroorganismen befinden sich auf der gesamten Haut

# ca. 1 Milliarde

Mikroorganismen befinden sich auf 1 mm<sup>3</sup> unseres Speichels.

# ca. 1 Billionen

Bakterien in 1 mm<sup>3</sup> Darminhalt. Wir besitzen 10 x mehr Darmbakterien als Körperzellen.

# 400

verschiedene Stämme bewohnen unseren Darm.



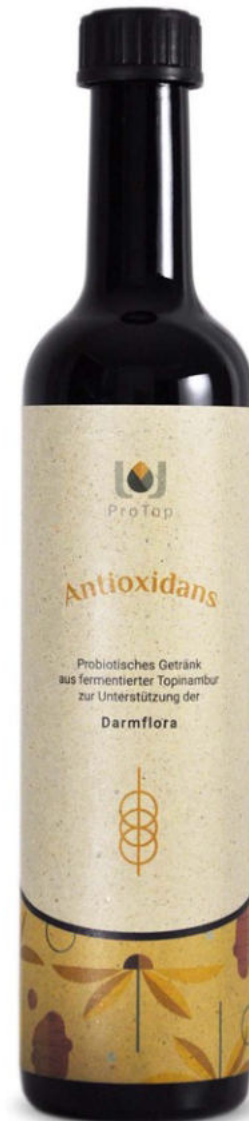
## Fermentation

- i** Fermentation bedeutet, mit Mikroorganismen Pflanzen auf natürliche Weise ohne Erhitzung und Zugabe von Zusatzstoffen haltbar zu machen. Die Wirkstoffe der Pflanzen werden dadurch um das zig-fache verstärkt.



## Fermentation

- natürlicher Vorgang, um Lebensmittel haltbar zu machen
- Fermentprodukte enthalten Vitamine, Mineralien, Enzyme und werden vom Körper leicht aufgenommen
- unterstützen das Gleichgewicht der Darmflora
- ProTop sind natürliche Fermentprodukte, Gentechnik-frei und ohne künstliche Zusatzstoffe
- Je länger die Fermentationszeit und je hochwertiger die Pflanzen, desto größer ist die Wirkung der bioaktiven Substanzen
- ProTop wird mindestens 18 Monate fermentiert

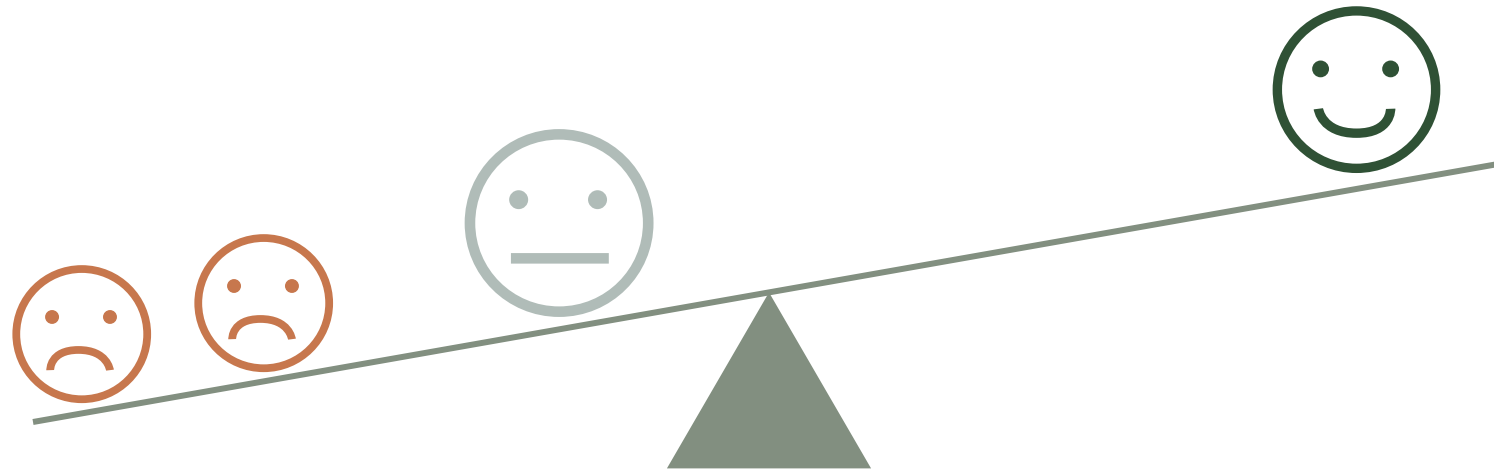


# krankes Milieu

krankheits-/  
fäulniserregende  
Mikroorganismen

neutrale  
opportunistische  
Mikroorganismen

aufbauende,  
lebensfördernde  
Mikroorganismen





## MRSA Staphylococcus aureus

- ist meistens harmlos und gehört beim Menschen zur normalen Besiedelungsflora der Haut und Schleimhaut
- Kann aber auch pathogen sein und neben Haut- sowie Weichgewebsinfektionen, Lungenentzündung, Hirnhautentzündung, Endokarditis und sogar ein toxisches Schocksyndrom oder Sepsis verursachen

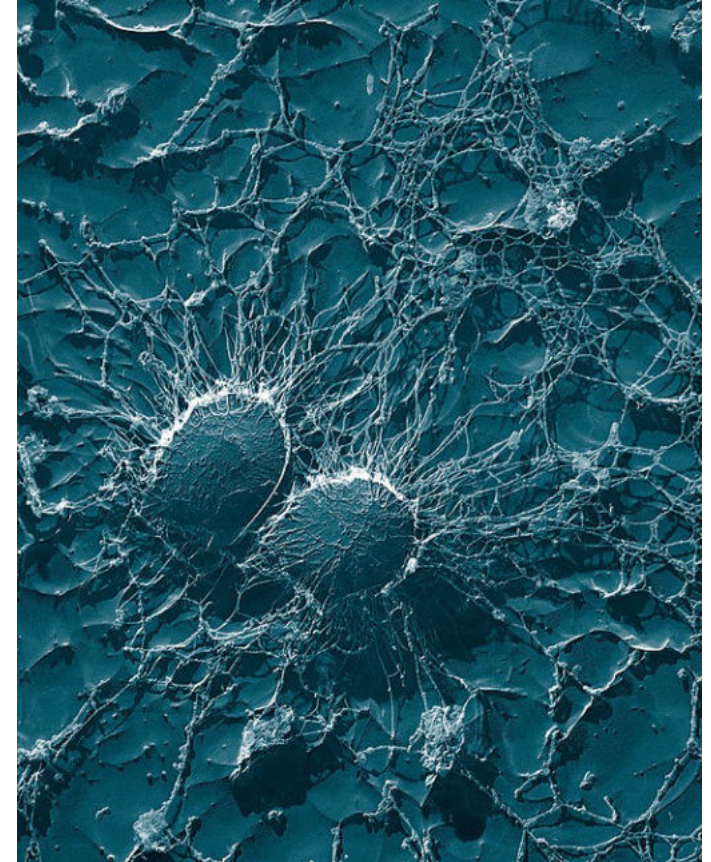


Bild: [https://de.wikipedia.org/wiki/Staphylococcus\\_aureus](https://de.wikipedia.org/wiki/Staphylococcus_aureus)



## MRSA Staphylococcus aureus

Nach einer Anfang November 2018 veröffentlichten Untersuchung, gab es allein im Jahr 2015 in der Europäischen Union rund **670.000 Erkrankungen durch multiresistente Erreger**.  
33.000 Patienten starben an einer Infektion mit MRSA.



## Mikrobielle Reinigung zur Biokontrolle in Krankenhäusern

Publikation: 26. September 2014 TU Graz

Schlussfolgerung: Diese Studie hat ergeben, dass es sich bei der mikrobiellen Reinigung um eine **effektive Strategie zur kontinuierlichen Verringerung der Anzahl von therapieassoziierten Mikroorganismen auf Oberflächen handelt.**

Die tägliche Reinigung führte zu einer Reduzierung von pathogenen Keimen um

**50 – 89 %.**





# aufbauendes Milieu

krankheits-/  
fäulniserregende  
Mikroorganismen

neutrale  
opportunistische  
Mikroorganismen

aufbauende,  
lebensfördernde  
Mikroorganismen



## Keime lassen uns gedeihen: EM für die Gesundheit

- Hemmen krankheitsverursachende Keime
- Dienen als Schutzschild vor Eindringlingen von Außen
- Stimulieren und regulieren das Immunsystem
- Verbessern die Nährstoffaufnahme und die Verdauung
- Helfen dabei Kalzium, Magnesium und Spurenelemente aus der Nahrung besser ins Blut aufzunehmen
- Senken den Cholesterinspiegel
- Normalisieren und stabilisieren die Darmflora



## Mikroorganismen...

- ...produzieren körpereigene Vitamine
- ...hemmen die Entstehung von Darmkrebs
- ...neutralisieren Gifte im Darm
- ...hindern Krankheitserreger an der Vermehrung
- ...versorgen unsere Zellen mit Brenn- und Nährstoffen
- ...helfen uns bei der Entsäuerung und Entgiftung



## Bakterienstämme in ProTop

1. Enterococcus faecium
2. Lactobacillus acidophilus
3. Lactobacillus amylolyticus
4. Lactobacillus amylovorus
5. Lactobacillus bulgaricus
6. Lactobacillus casei 01
7. Lactobacillus casei 02
8. Lactobacillus casei 03
9. Lactobacillus crispatus
10. Latobacillus debrückii
11. Lactobacillus farraginis
12. Lactobacillus gasseri
13. Lactobacillus helveticus
14. Lactobacillus johnsonii
15. Lactobacillus plantarum
16. Lactobacillus paracasei
17. Lactobacillus prafarraginis
18. Lactobacillus reuteri
19. Lactobacillus rhamnosus
20. Lactobacillus salivarius
21. Lactobacillus zeae
22. Lactobacillus lactis
23. Lactobacillus diacetylactis
24. Streptococcus thermophilus
25. Bacillus subtilis
26. Bifidobacterium animalis
27. Bifidobacterium bifidum
28. Bifidobacterium breve
29. Bifidobacterium longum
30. Bifidobacterium infantis
31. Bifidobacterium lactis
32. und weitere



# Bifidobakterium

Unterdrückt Krankheitskeime



Wirkt ausgleichend bei Durchfall und Verstopfungen



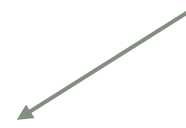
Hilft bei Reizdarmsyndrom und Entzündungen



Stärkt unser Immunsystems



Schützt vor Allergien und Darmentzündungen



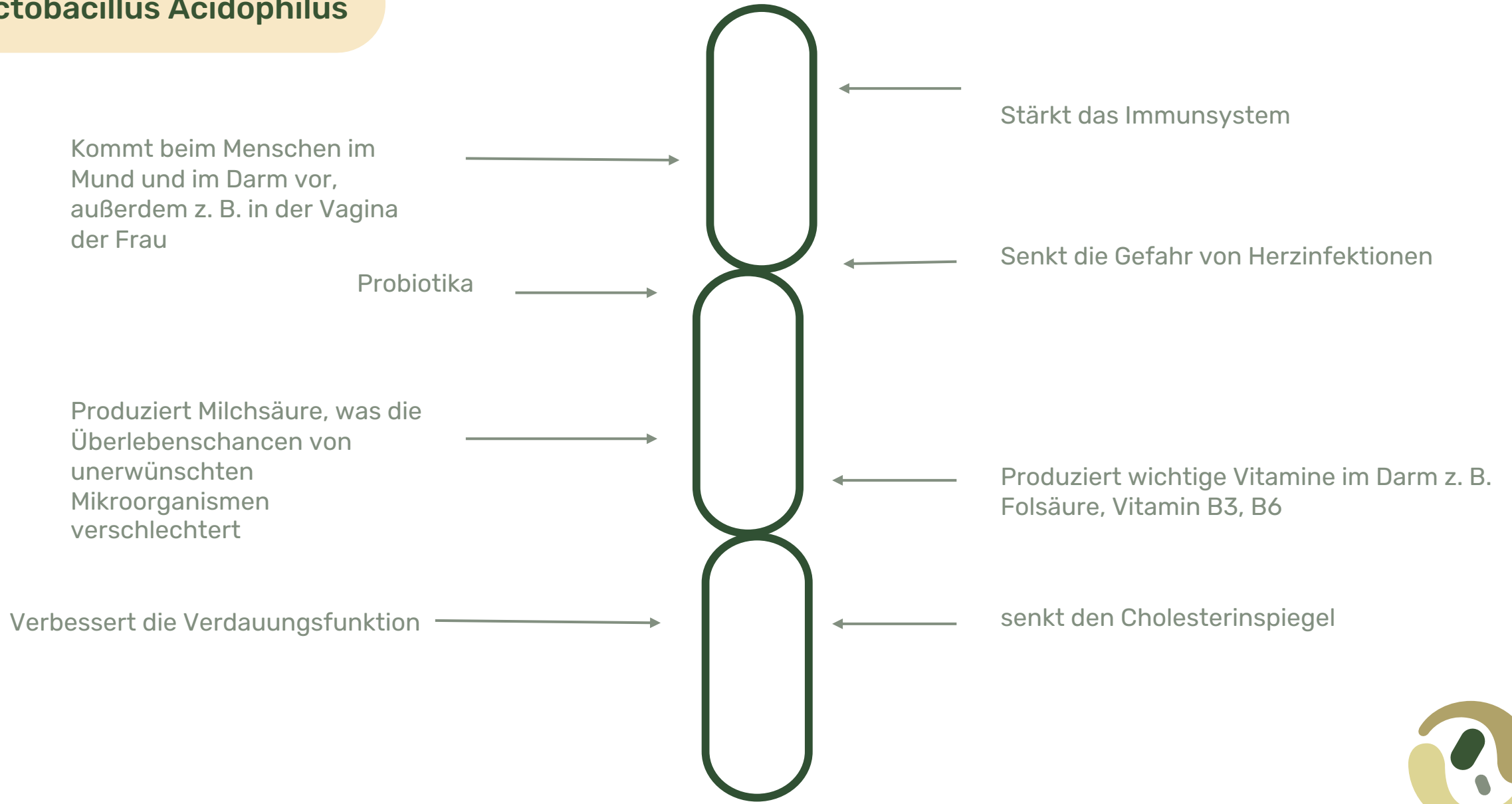
Kann sowohl Magensäure als auch Gallensalze gut überstehen. So ist gewährleistet, dass es den Darm lebend erreicht, um sich dort zu vermehren



Produziert die für uns lebenswichtigen Vitamine des Vitamin B- Komplexes und Vitamin K (Folsäure/B9, Thiamin/B1, Pyridoxin/B6, Biotin/H und Niacin/B3).

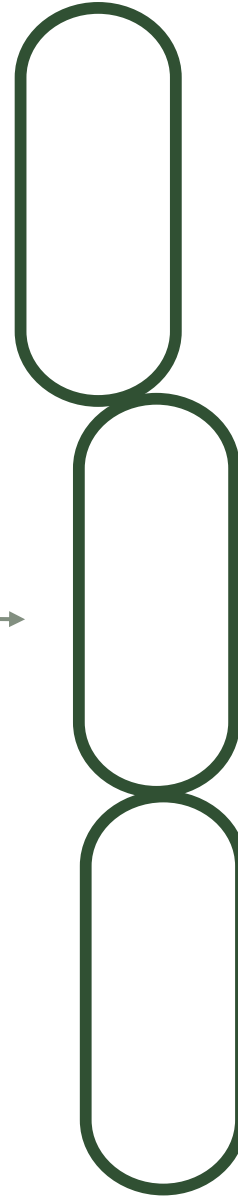


# Lactobacillus Acidophilus



# Lactobacillus Plantarum

Kann den Cholesterinspiegel  
positiv beeinflussen



## Lactobacillus Salivarius und Paracasei

Wirkt positiv in der Mundflora →

Stärkt die Mundschleimhaut →

Hilft Zahnfleischbluten zu verhindern →

Wirkt generell positiv auf unseren Hautzustand →

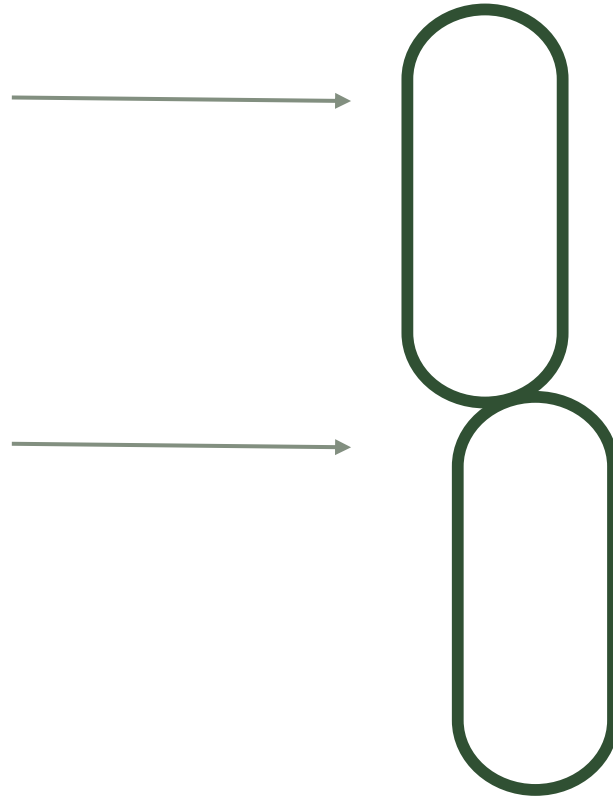


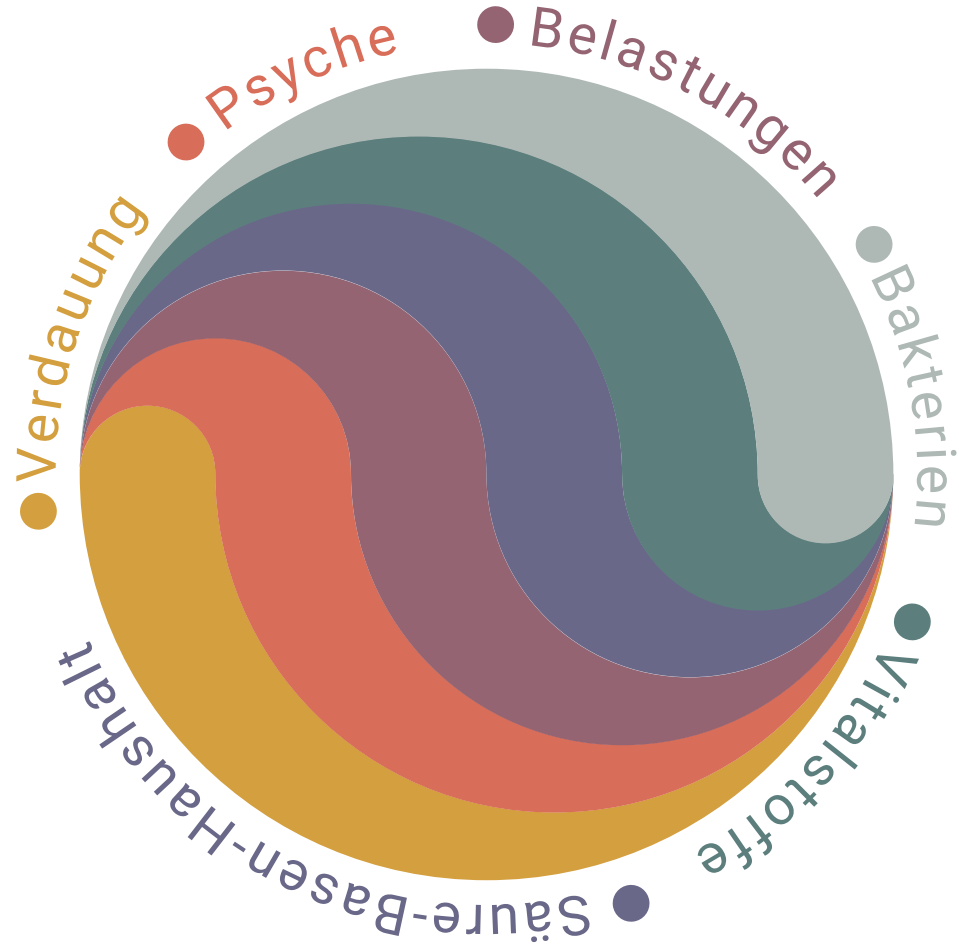


## Lactobacillus Casei

Spielt in der Abwehr gegen Salmonellen oder ähnlich schädliche Bakterien eine wichtige Rolle

Trägt dazu bei, gravierende Infektionen zu verhindern







## Müde? Schlapp? Energielos? Oder gar krank?

Wenn Sie **Halsschmerzen** haben, bekommen Sie meist Tabletten.  
Wenn Sie **arthritische Probleme** haben, werden Ihnen entzündungshemmende Medikamente empfohlen.  
Wenn Sie einen **hohen Blutdruck** haben, dann wird Ihnen eben ein blutdrucksenkendes Medikament verschrieben.

Hat sich jemals irgendjemand darum gekümmert,

**WARUM** Sie Halsschmerzen haben?

**WAS** zu Ihrer Arthritis führte?

**WIESO** Sie unter Bluthochdruck leiden?



## Müde? Schlapp? Energielos? Oder gar krank?

Übersäuerung kann das Wohlbefinden beeinträchtigen.

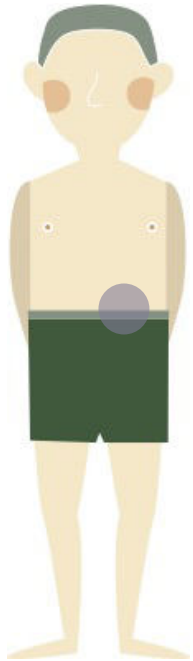
Die **moderne Ernährungs- und Lebensweise** kann leicht zu einer **Übersäuerung** des Organismus führen.

Entsprechend viele Menschen kämpfen heutzutage mit einem unausgeglichene Säure-Basen-Haushalt. Viele ahnen gar nicht, dass eine Übersäuerung für ihre Beschwerden verantwortlich ist oder zumindest maßgeblich an deren Entstehung beteiligt war.

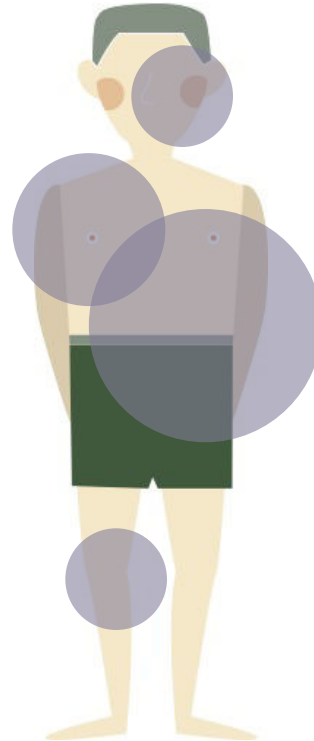


## Übersäuerung – Die Ursache der meisten Gesundheitsprobleme

Die meisten Krankheiten und Beschwerden haben eine einzige Ursache gemein:  
**Übersäuerung.**

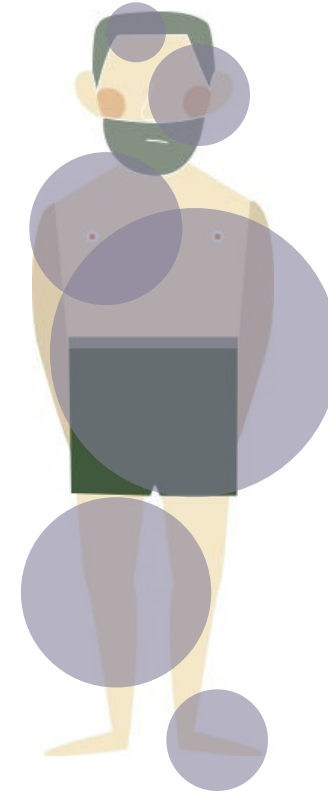


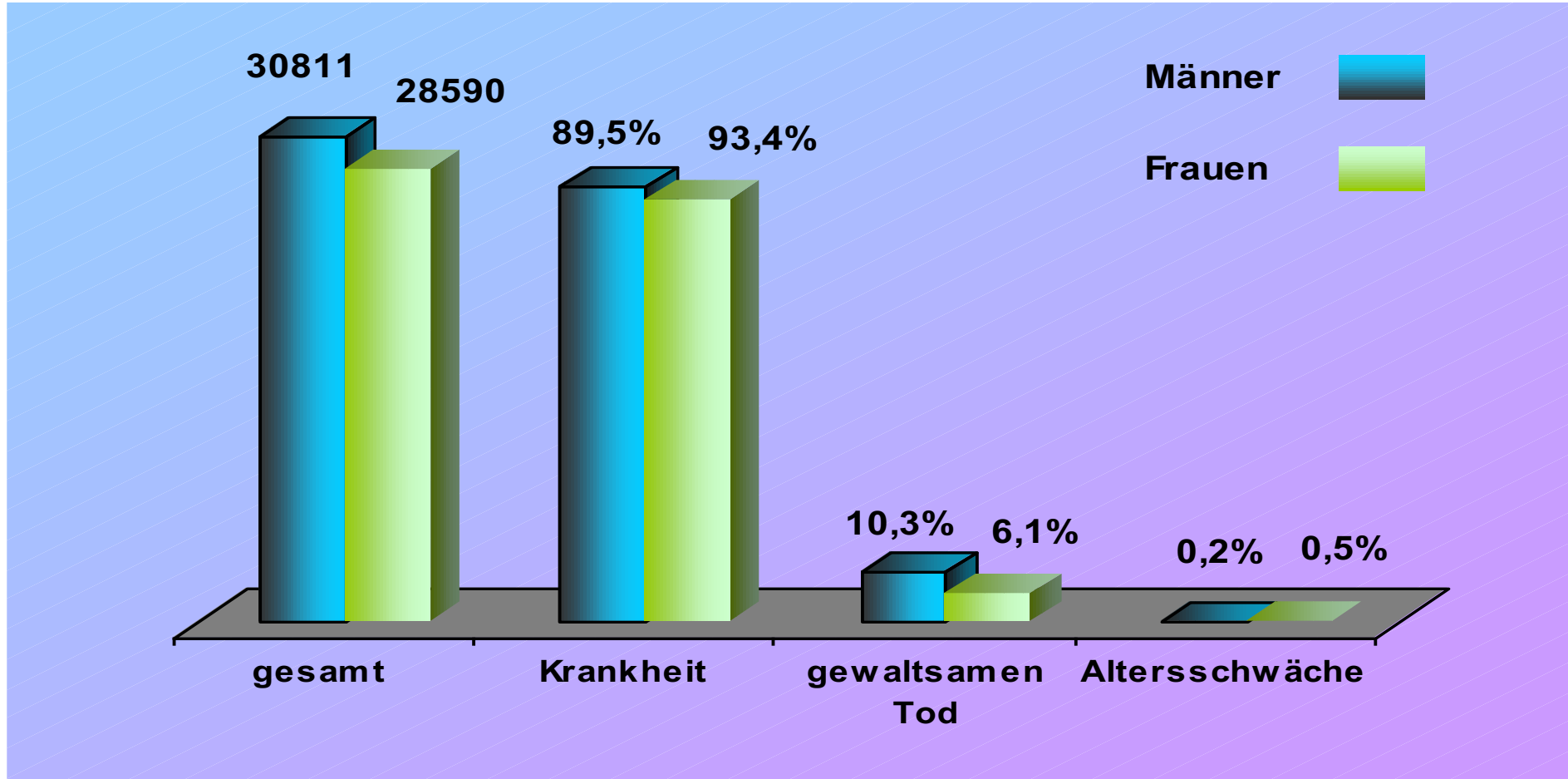
**i** Übersäuerung ist ein Zustand, der ganz zu Beginn eines jeden Leidensweges steht. Leider spürt man eine Übersäuerung anfangs nicht.



**i** Der menschliche Organismus versucht eine bestehende Übersäuerung zu kompensieren. Das gelingt auch eine Zeitlang. Wie lange, das hängt von der individuellen Konstitution, dem Lebensstil und den persönlichen Reserven ab.

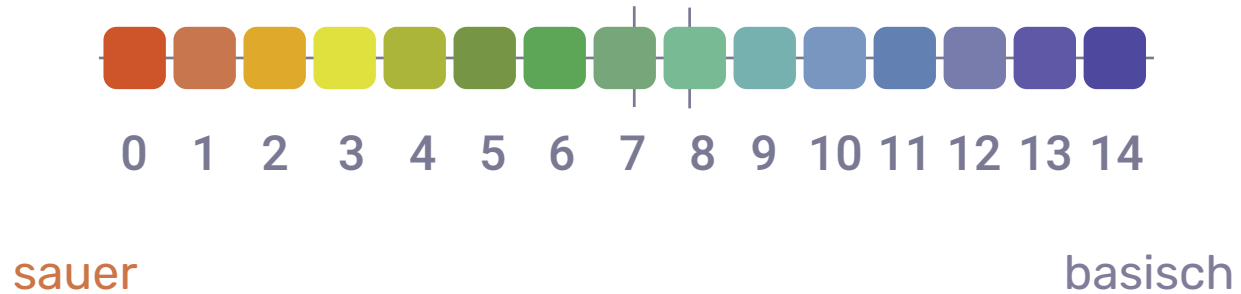
**i** Dann tauchen die ersten Symptome auf. Meistens fühlt man sich anfangs "nur" ein wenig energielos, schlapp, müde und ohne jeglichen Antrieb. Im Laufe der Zeit kommen die verschiedensten Leiden und Symptome dazu. Da viele Medikamente die bestehende Übersäuerung noch verstärken, droht ein Teufelskreis nahezu ohne Ausweg.





## Was ist der Säure-Basen-Haushalt?

pH Wert **7,35** bis **7,45**



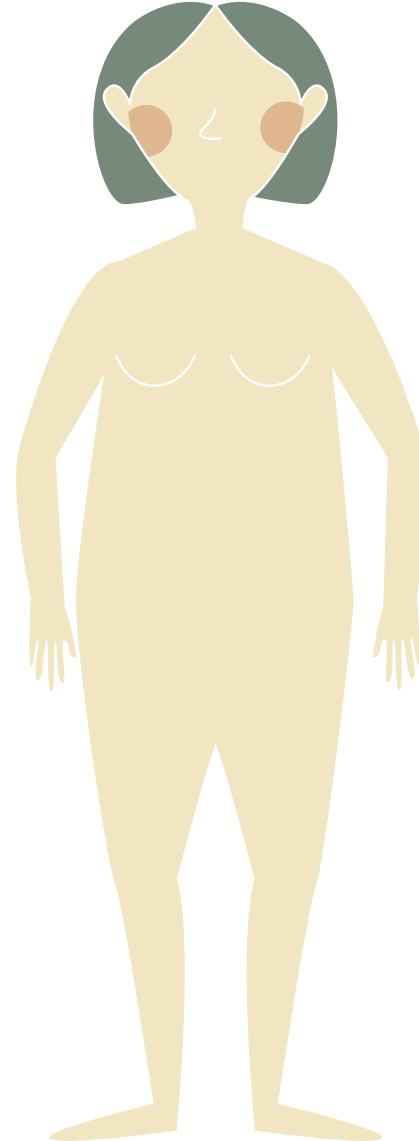
- i** Der Säurewert (pH-Wert) wird im Blut fast immer konstant im Bereich von 7,35 bis 7,45 gehalten, da sonst viele Stoffwechselfvorgänge nicht ablaufen können. Eine Verschiebung des Säure-Basen-Gleichgewichtes kann daher im Blut nicht festgestellt werden.





## Was ist der Säure-Basen-Haushalt?

**i** Schlacken und überschüssige Säuren haben derart viele und schädliche Auswirkungen auf unsere Gesundheit, dass jede Krankheit nur im sauren Milieu entstehen kann.



pH Wert

Mund: 6,5 - 7,2

Darm: 8,0

Blut, Lymphe, Gallenflüssigkeit, Bindegewebe und ein Teil des Dünndarms müssen immer

**basisch** sein.



## Ideales Säure-Basen-Gleichgewicht des Urins

Vor dem Frühstück: 6.00 bis 7.00 Uhr

pH Wert  
5,5 - 7,2

Nach dem Frühstück: 10.00

mindestens 7,5

Vor dem Mittagessen: 12.00 bis 13.00 Uhr

7,0 - 7,5

Nach dem Mittagessen: 15.00 bis 16.00 Uhr

7,5 - 8,5

Vor dem Abendessen: 18.00 bis 19.00 Uhr

7,0 - 8,0

Nach dem Abendessen: 20.00 bis 21.00 Uhr

6,8 - 7,0

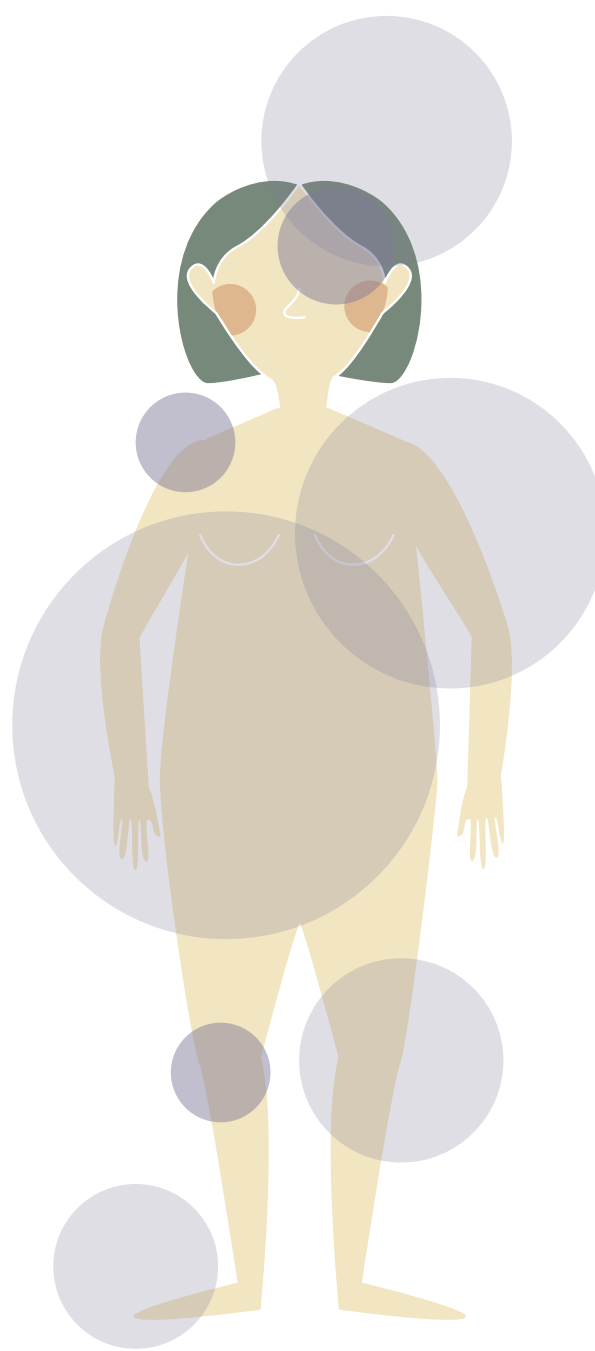
Vor dem Zubettgehen: 23.00 bis 24.00 Uhr

bis auf 6,2



## Übersäuerung: Ursache für

- i** Man kann davon ausgehen, dass sicher 95 Prozent aller Erkrankungen (besonders der chronischen Krankheiten) auf eine intrazelluläre Übersäuerung zurück zu führen sind. Irrtümlicherweise gehen wir davon aus, dass Altersbeschwerden und Krankheiten ein natürlicher Vorgang ist oder durch Erbanlagen bedingt entstehen. Nein, es sind die Schlacken und Säuren im Körper, die Arteriosklerose, Bandscheibenprobleme, Bluthochdruck, Depressionen, Diabetes, Haarausfall, Karies, Neurodermitis, Reizdarm, Falten, Übergewicht, Cellulite und vieles mehr hervorrufen. Ein ganz wesentlicher Faktor in der Erhaltung der Gesundheit ist das Säure-Basen-Gleichgewicht.



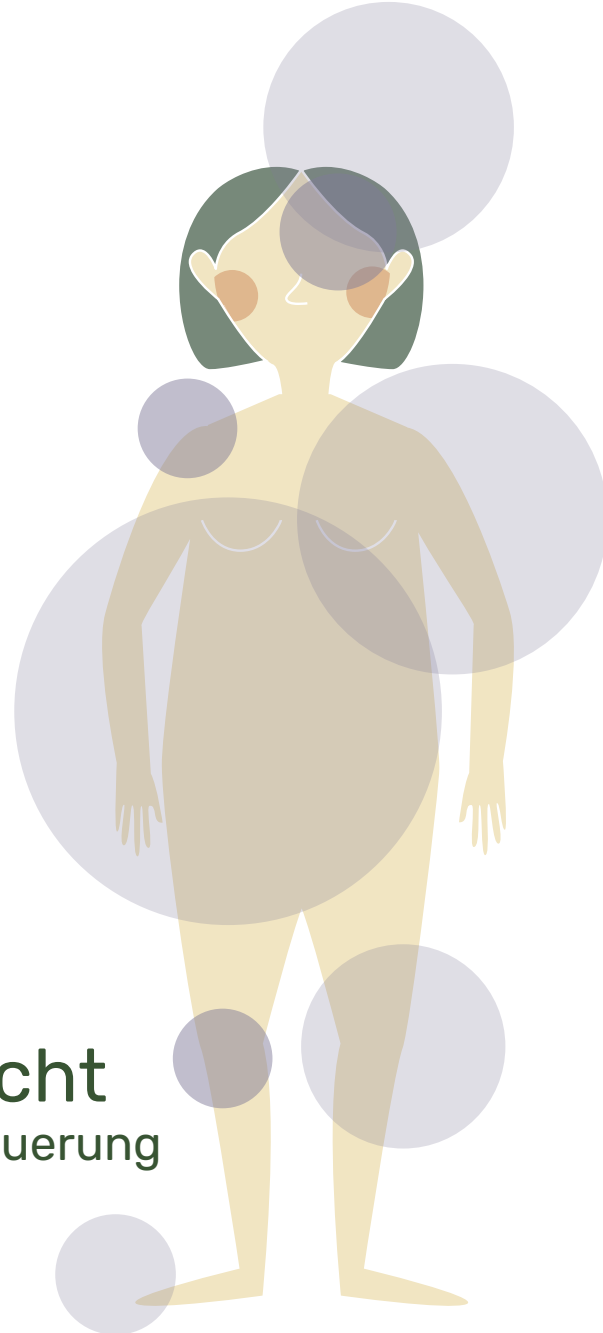
## Übersäuerung: Ursache für



## Übersäuerung: Ursache für



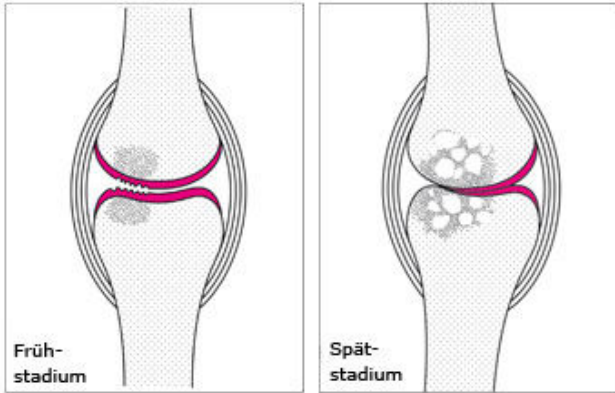
**Gicht**  
durch starke Übersäuerung



**i** Bei Gicht werden die durch eine starke Übersäuerung entstandenen Harnsäurekristalle in den Gelenken abgelagert, kristallisieren dort und führen zu extremen Gelenkschmerzen, bis hin zur Unbeweglichkeit der Gelenke.



## Übersäuerung: Ursache für



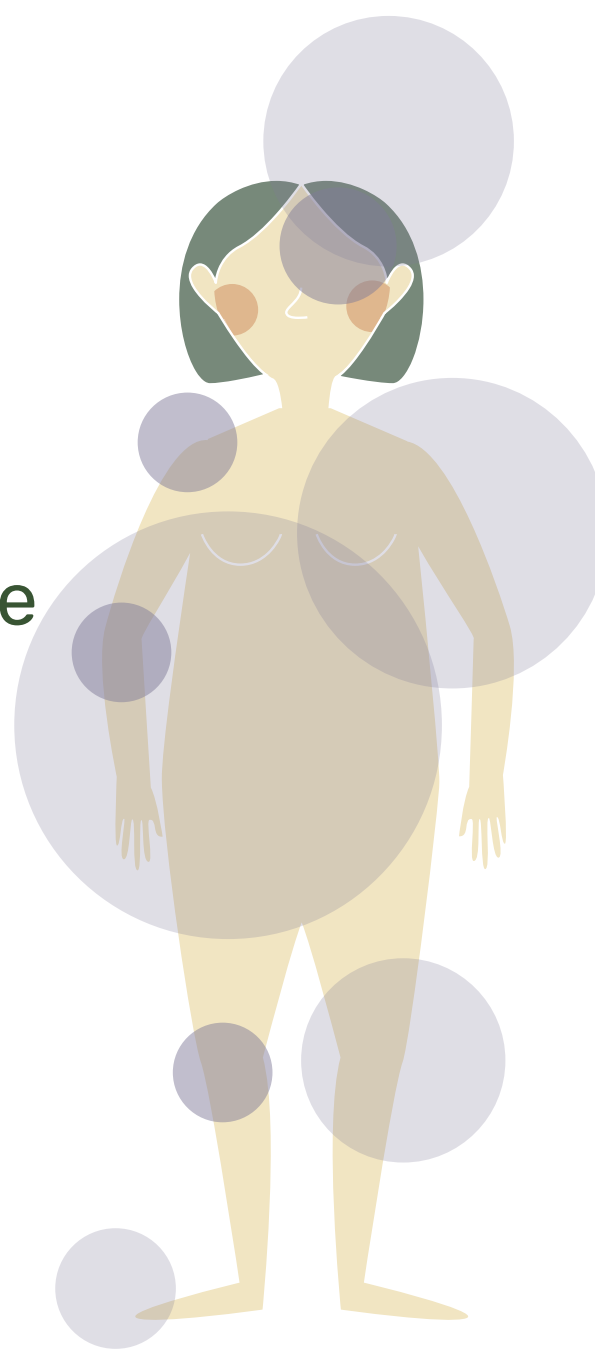
## Arthrose

### Abbau von Gelenknorpel

- i** Bei Arthrose liegt ein Abbau von Gelenknorpel vor. **Knorpel, Sehnen und Bänder sind beliebte Säuredepos**, so dass in den Gelenken eingelagerte Säuren eine optimale basische Versorgung des Knorpels verhindern.

Selbstverständlich können auch Fehlbelastungen durch Unfall o.ä. zur Arthrose beitragen.

Wäre der Körper jedoch nicht übersäuert, so könnte es selbst in diesen Fällen zur Regeneration des Knorpels beitragen.



- i** Arthrose ist keine **altersbedingte Abnutzungserscheinung**, sondern eine ernährungsbedingte Zivilisationskrankheit.

Sie tritt nur deshalb bevorzugt in höherem Alter in Erscheinung, weil Arthrose nichts anderes ist als die Folge von jahrzehntelanger falscher Ernährung und ungesunder Lebensweise.



Heute ist fast jeder Mensch übersäuert!

Fleisch,  
Milchprodukte,  
Zucker,  
Mehlspeisen,  
Alkohol,  
Zigaretten,  
Medikamente,  
Stress und  
Umweltgifte

**führen zur  
Übersäuerung  
des Gewebes.**

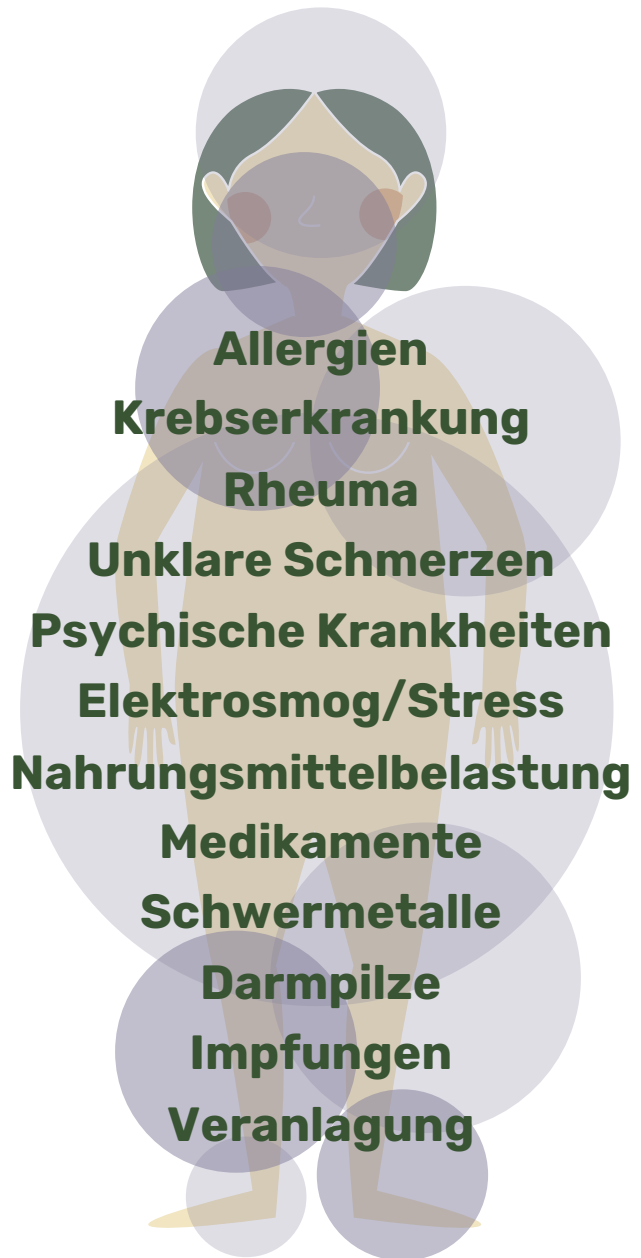


**Zur  
Neutralisation  
benötigt der  
Körper  
pflanzliche  
Mineralien.**

Sind nicht  
genügend  
**pflanzliche  
Mineralien**  
vorhanden,  
holt der Körper  
**Mineralien aus  
den Knochen,  
den Zähnen,  
den Haaren  
und dem  
Bindegewebe,**  
um Säuren zu  
neutralisieren.



Es ist 5 vor 12!





## Zuviel Säuren entstehen durch:

- Verdauung von schlechtem, unnatürlichem Essen. Tote Nahrungsmittel, Fleisch, Fisch etc., erhitzte Fette, Süßigkeiten, Weißmehlprodukte, Kaffee, Limo, Verkochtes, „Mikrowelliertes“, tiefgefrorene Fertiggerichte usw.
- Von außen eindringende Schadstoffe, z.B. chemische Gifte, Konservierungsmittel, Umweltgifte, Medikamente, Alkohol, Drogen
- Mangel an Bitterstoffen
- Mental Faktoren wie Ärger, Stress, Missmut, Enttäuschung, Zorn, Hass, Hektik, aber auch durch Lärmbelastung
- Schlechte Atmung und Faktoren, die die Ausscheidungsorgane der Lunge behindern
- Starke Muskelüberspannung (Muskelkater)
- Schlechte Verdauung und unverdaute Nahrungsreste als Fäulnis- und Gärungsprozesse in einem belasteten Darmtrakt (Schwefelsäure)



## Zusatzstoffe in unseren Nahrungsmitteln

- Farbstoffe
- Zuckeraustauschstoffe
- Süßstoffe
- Konservierungsstoffe
- Antioxidantien
- Trägerstoffe
- Säuerungsmittel
- Säuerungsregulatoren
- Trennmittel
- Schaumverhüter
- Füllstoffe
- Emulgatoren
- Schmelzsalze
- Festigungsmittel
- Geschmacksverstärker
- Schaummittel
- Geliermittel
- Überzugsmittel
- Feuchthaltemittel
- Modifizierte Stärken
- Packgase
- Treibgase
- Backtriebmittel
- Komplexbildner
- Stabilisatoren
- Verdickungsmittel
- Kaumassen
- Mehlbehandlungsmittel
- Aromen



## Deutsches Ärzteblatt 2005:

*„Störungen des Säure-Basen-Haushalts sind häufig, sie werden jedoch in der Praxis oft übersehen. [...] Besonders bei Patienten mit Niereninsuffizienz, Diabetes, einer Leberzirrhose, einem Emphysem, Diarrhöen oder chronischem Erbrechen sowie unter bestehender Diuretikatherapie ist an Störungen des Säure-Basen-Haushaltes zu denken.“*

*Quelle: Dtsch Arztebl 2005; 102:A 1896 – 1899 [Heft 26]*

**Wir sprechen also von wenigstens 15 Millionen „Kranken“ in Deutschland, für die das Thema Übersäuerung sicherlich eine Bedeutung hat – jedenfalls nach der Einschätzung, des Ärzteblatts**



## Warburgs-Hypothese

**i** Otto Warburg (1883-1970) war ein begnadeter Sauerstoff- und Krebsforscher, Mitbegründer der Biochemie und „Vater“ von sechs Nobelpreisträgern.



**WARBURGS-HYPOTHESE NUN ENDLICH  
BEWIESEN! IN EINEM BASISCHEN KÖRPER  
GIBT ES KEINEN KREBS!**



## Leider haben wir kein Basendepot

- Ohne Basen sind die Säuren nicht transportfähig und können von den Nieren nicht ausgeschieden werden.
- Ohne Zufuhr von Basen und Reduzierung von Säuren wird das Bindegewebe immer mehr verschlackt, kann nichts mehr aufnehmen und es kommt unweigerlich zur Krankheit.



## Säure-Basen-Haushalt



Pulver und Kapseln  
Kalium-, Kalzium-,  
Magnesiumcitrat  
Natron

**ProTop BasenKur**



Chlorella-Alge



Moringa



Fenchel



Alfalfa

Mit Basencitratat erreicht man mindestens zwei Ziele gleichzeitig:

Man **entsäuert effektiv** und **versorgt sich mit basischen Mineralstoffen**.

Das gelingt deshalb, da Basencitrate aus zwei Komponenten bestehen: aus basischen Mineralien (z. B. Kalium, Magnesium, Calcium) und basischen Salzen (Citratat).



# Natron ist für eine Entsäuerung nicht geeignet!



Es entsäuert den Magen, was zu dauerhaften Beschwerden und zur Verschlimmerung führen kann.



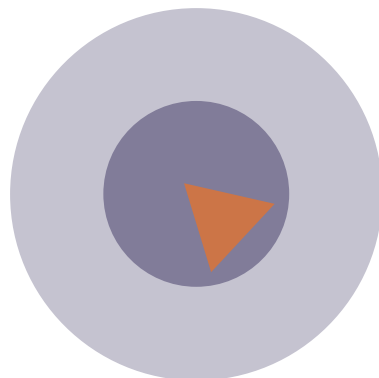
## Vorteile der Basencitrate

- 1.** Basencitrate beeinflussen nicht die Magensäure
- 2.** Basencitrate machen den natürlicherweise sauren Darm nicht basisch
- 3.** Basencitrate werden leicht resorbiert
- 4.** Basencitrate gelangen direkt in die Zelle
- 5.** Basencitrate hinterlassen keine Schlacken
- 6.** Basencitrate versorgen mit Mineralstoffen

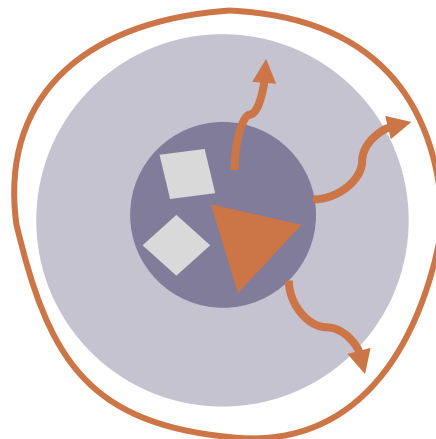




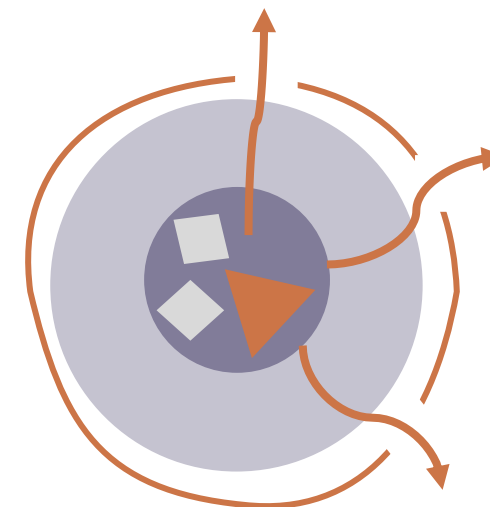
## Entsäuerung ist gar nicht so einfach



**i** Wenn die **Säuren** bereits im **Inneren der Zelle** sitzen, gelingt es der Zelle oft nicht mehr, diese wieder auszuleiten. Die Säuren **bleiben somit in der Zelle** – ganz gleich, welche Entsäuerungsmethode man anwendet.



**i** Die Zelle ist regelrecht **blockiert** und eine **Entsäuerung**, aber auch jedwede Entgiftung, wird **unmöglich**. Denn im Innern der Zelle sitzen nicht nur Säuren, sondern auch Gifte (z. B. Schwermetalle).



**i** Ein **Basenkonzentrat** kann die Zellblockade jedoch aufheben. Erst jetzt wird echte Entsäuerung möglich und eine Schwermetallausleitung kann stattfinden.



## Entsäuerung

Eine Entsäuerung mit Basenkonzentraten ist daher die einzige Methode, die bei einer Übersäuerung des Zellinneren (intrazelluläre Übersäuerung) zu therapeutischen Erfolgen führen kann.



## Entsäuerung

Die intrazelluläre Entsäuerung mit Basenkonzentraten macht eine nachfolgende Entgiftung überhaupt erst möglich



## Basische Ernährung

Gemüse  
Kräuter  
Kartoffeln  
Naturreis

Reismilch  
Mandelmilch  
Hirse Milch

Butter (neutral)  
Sahne (neutral)

Grüner Tee  
Kräutertee

Vollkornbrot (neutral)  
Hirse  
Quinoa  
Amaranth  
Buchweizen

Pflanzliche Öle (Kokosfett, Leinöl, Olivenöl)

**80 %** basisch

Weißmehl  
Nudeln  
Weißer Reis

tierische Eiweiße  
tierische Fette

Käse  
Milch  
Joghurt  
Quark

kohlensäurehaltige Getränke  
Schwarzer- und Früchtetee

Zucker  
Nikotin  
Konservierungsstoffe  
Alkohol  
Kaffee

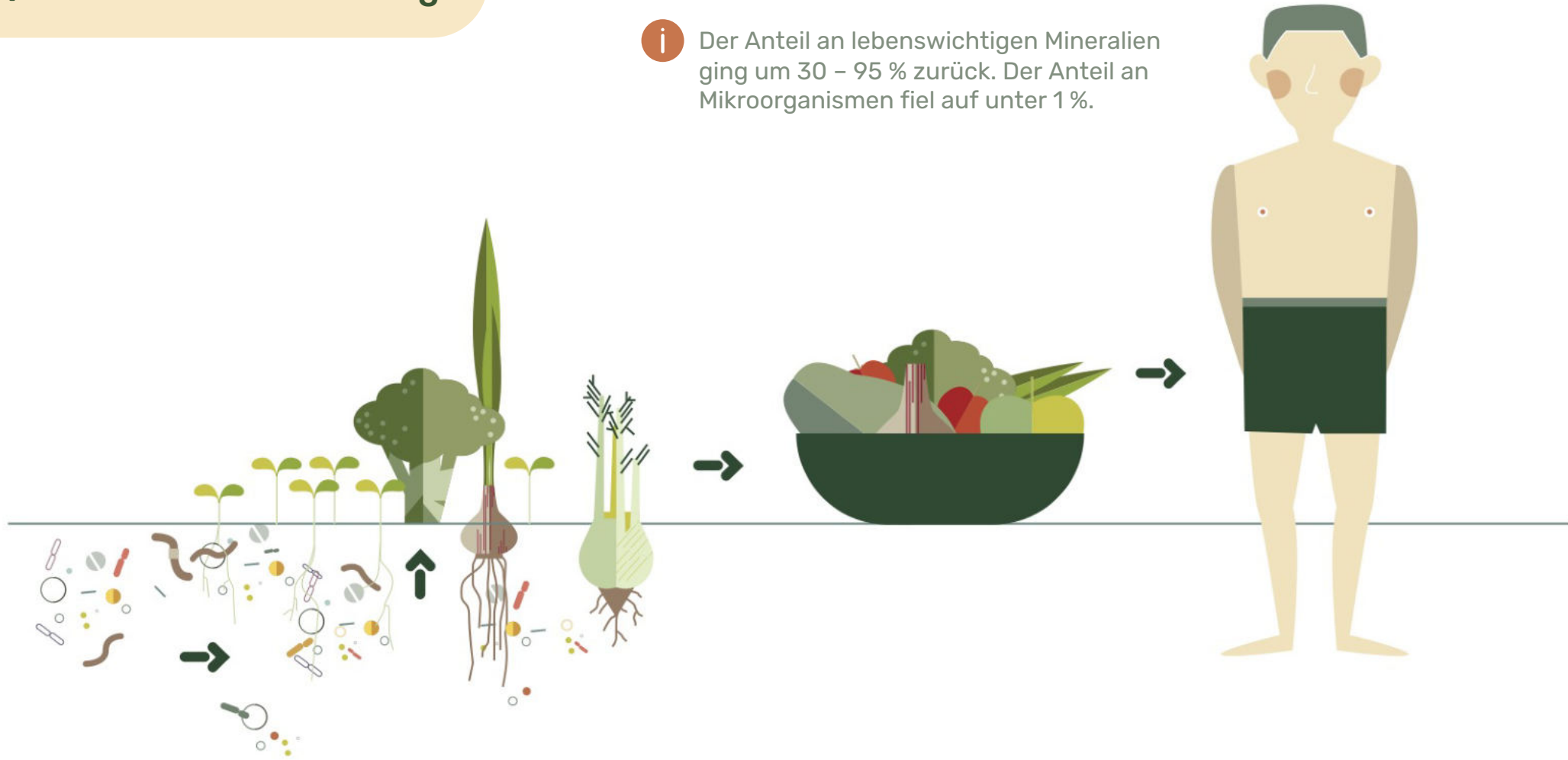
Stress

**20 %** sauer



## Qualität unserer Nahrung

**i** Der Anteil an lebenswichtigen Mineralien ging um 30 – 95 % zurück. Der Anteil an Mikroorganismen fiel auf unter 1 %.



*gesunder Boden*

*gesunde Pflanzen*

*gesunder Mensch*





gesunder Boden

i Zum Thema Effektive Mikroorganismen für Boden und Pflanzen gibt es einen eigenen Vortrag.





In einer Hand voll Erde sollten mehr Mikroorganismen enthalten sein als es Menschen auf unserem Planeten gibt.



# gesunder Boden

## Terra Symbiotika



## Bokashi +400 Pellets



**i** Biozertifiziert und zugelassen für den ökologischen Land- und Gartenbau.



## sEM Flüssigdünger



## sEM KompostTee

## EM 500



## sEM Pflanzenschutz Mehltau

## sEM Garten







ProTop BasenKur



ProTop Base



Basenpulver





*Das Gute wird sich vermehren und die Zukunft wieder erblühen lassen.*

Mikroorganismen sind der **Ursprung** von allen organischen Lebens. Sie sind unsere **Freunde, uneigennützte Helfer, Wegbegleiter, Heiler für Böden, Menschen, Tiere, Natur und unseren Planeten. Sie sind Lebewesen wie wir.**

Menschen



Haushalt



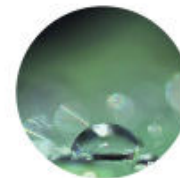
Boden und Pflanzen



Tiere



Wasser



Eußenheimer Manufaktur



[www.eussenheimer-manufaktur.de](http://www.eussenheimer-manufaktur.de)



**Basenfasten ist 100 % alltagstauglich**

- Beim Basenfasten wird ganz normal gegessen – es werden lediglich säurebildende Nahrungsmittel weggelassen um einen deutlichen Entschlackungseffekt zu erzielen.
- Rohkost nur essen, wenn sie vertragen wird. Bei Blähungen und Schmerzen auf Rohes, wird Gemüse schonend gedünstet.
- Rohkost nur bis 14 Uhr essen. Obst immer nur auf nüchternen Magen essen – also zum Frühstück.
- Nach 18 Uhr nichts mehr essen, es landet sonst auf den Hüften und überfordert die Leber.
- So naturbelassen wie möglich essen. Da beim Erhitzen Vitalstoffe verloren gehen, ist es wichtig, Gemüsegerichte besonders schonend über Dampf zu garen.



## Basenfasten

- So wenig wie möglich und so viel wie nötig essen!
- Langsam und bewusst essen, gründlich kauen.
- Pro Mahlzeit möglichst nur zwei bis drei Obst- oder Gemüsesorten.
- Gewürze sparsam verwenden, da sonst die Geschmacksnerven irritiert werden und das Gefühl für Sättigung verloren geht.
- Frische Kräuter sind die optimalen Würzmittel um Salzverbrauch niedrig halten.
- Nur die basischen Lebensmittel essen, die man mag.
- 80 % Gemüse und 20 % Obst essen – nur reifes Obst und Gemüse wird basisch verstoffwechselt.
- Gut gekaut ist halb verdaut und macht schneller satt. Ein 2 cm dicker Apfelschnitt sollte mindestens 30-mal gekaut werden.





## Entsäuern und Entgiften mit fermentierten Bitterstoffen

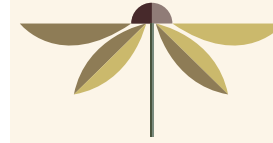
Die heilige **Hildegard v. Bingen** benutzte schon vor über 900 Jahren bitterstoffhaltige Kräuter als universelle **Heil- und Lebensmittel**. Auch in Indien und China gelten Bitterstoffe seit fast 3000 Jahren als Jung- und Gesundheitsbrunnen.

Die **Bitterstoffe** gehören zu den ältesten von Menschen verwendeten Kräutern und wurden schon 1000 Jahre vor Christus im Ayurveda-System zum Entgiften eingesetzt.



probiotisches  
Getränk  
biozertifiziert  
fermentiert

**ProTop Base**



Topinambur



Bitterkräuter  
nach  
H. v. Bingen  
(Andorn,  
Artischocke,  
Bitterdistel,  
Bitterklee,  
Chinarinde,  
Enzian Wurz,  
Engelwurz,  
Galgant,  
Ingwer,  
Kardamomsamen,  
Kurkuma,  
Löwenzahn,  
Mariendistelkraut)



## Bitterstoffe

In unserer heutigen Zeit, die mehr von **süßen** und **unnatürlichen** Lebensmitteln als von **bitteren** geprägt ist, haben wir das Problem, dass in unseren Nahrungsmitteln nicht mehr genügend Bitterstoffe vorhanden sind. Durch Züchtungen ist der **Bitterstoffanteil** unserer Kulturpflanzen meist vermindert oder ganz unterdrückt worden.

Durch die **Bitterstoffe** werden aber Leber, Gallenblase, die Bauchspeicheldrüse und die Darmdrüsen angeregt. Hilfreich ist auch der Beitrag auf Herz und Kreislauf, auf das Gehirn- und Nervensystem, Immunsystem und das Säure-Basen-Gleichgewicht.



Bitterkräuter  
nach  
H. v. Bingen  
(Andorn,  
Artischocke,  
Bitterdistel,  
Bitterklee,  
Chinarinde,  
Enzian Wurz,  
Engelwurz,  
Galgant,  
Ingwer,  
Kardamomsamen,  
Kurkuma,  
Löwenzahn,  
Mariendistelkraut)



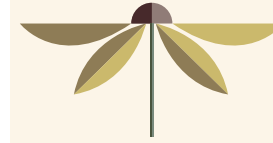
## ProTop Base als Kur mind. 3 Monate

- Aufbauende Mikroorganismen, Inulin aus Topinambur, Andorn, Artischocke, Bitterdistel, Bitterklee, Chinarinde, Enzianwurzel, Galgant, Ingwer, Kardamomsamen, Kurkuma, Löwenzahn, Mariendistelkraut, Polyphenole
- Als Kur zum Entgiften und Entsäuern
- 10 – 15 ml (1 EL) mit warmem Wasser schluckweise abends trinken
- Wichtig: Fußbäder 3 – 7 x in der Woche



probiotisches  
Getränk  
biozertifiziert  
fermentiert

**ProTop Base**



Topinambur

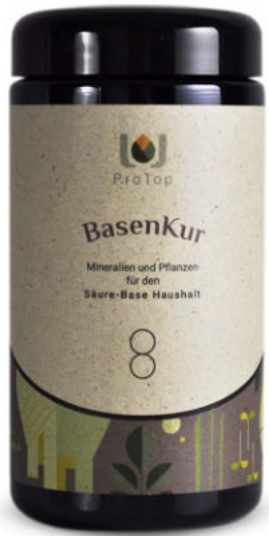


Bitterkräuter  
nach  
H. v. Bingen  
(Andorn,  
Artischocke,  
Bitterdistel,  
Bitterklee,  
Chinarinde,  
Enzian Wurz,  
Engelwurz,  
Galgant,  
Ingwer,  
Kardamomsamen,  
Kurkuma,  
Löwenzahn,  
Mariendistelkraut)





# Säure-Basen-Haushalt



Pulver und Kapseln  
Kalium-, Kalzium-,  
Magnesiumcitrat  
Natron

**ProTop BasenKur**



Chlorella-Alge



Moringa



Fenchel



Alfalfa

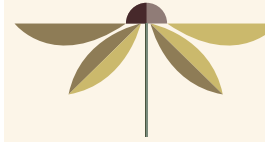


Base in Kombination mit Basenfußbäder.



probiotisches  
Getränk  
biozertifiziert  
fermentiert

**ProTop Base**



Topinambur



Bitterkräuter  
nach  
H. v. Bingen  
(Andorn,  
Artischocke,  
Bitterdistel,  
Bitterklee,  
Chinarinde,  
Enzian Wurz,  
Engelwurz,  
Galgant,  
Ingwer,  
Kardamomsamen,  
Kurkuma,  
Löwenzahn,  
Mariendistelkraut)

Säure-Basen-Haushalt



Natron in  
Lebensmittelqualität  
für Fußbäder

**Basenpulver**



## Fußbäder

- Abends neben Fernsehen, Lesen oder ähnlichen sitzenden Beschäftigungen ein Fußbad nehmen – für müde, geschwollene Füße eine Wohltat.
- Eine Fußbadewanne halbvoll mit warmem Wasser füllen (Wichtig: Temperatur unter 37° C, Achtung bei Krampfadern nur lauwarm) und 1 EL Natron sowie 50 ml sEM Hell dazugeben.
- 3 – 7 x in der Woche 20 – 30 Minuten.



Natron in  
Lebensmittelqualität  
für Fußbäder

Basenpulver



## Fußbäder

Wer gar keine Zeit hat, kann über Nacht mit "Socken" entsäuern.

Geben Sie in einen halben Liter Wasser 1 Teelöffel Basenpulver.

Tauchen Sie ein Paar Baumwollsocken hinein, wringen sie diese aus und ziehen Sie diese am Bettrand sitzend an.

Richten Sie vorher ein zweites Paar größere Socken, ziehen diese darüber und gehen Sie nun schlafen.



Natron in  
Lebensmittelqualität  
für Fußbäder

Basenpulver



## Zitronenwasser

Jeden Morgen Zitronenwasser:

½ Biozitronen auspressen und mit 200 ml stillem Wasser vor dem Frühstück trinken.

Über den Tag verteilt mind. 1,5 – 2 l stilles Wasser trinken.



## Weitere Möglichkeiten zur Entsäuerung

- Bewegung an der frischen Luft ohne Anstrengung wie Walking oder Wandern  
3-4 x pro Woche ½ Std
- Basenbäder, Sauna, Kneipp, - helfen Säuren über die Haut auszuscheiden
- Trinkkuren: basische Kräutertees, basische Gemüsebrühe „ProTop Base“
- Fasten (nur unter Anleitung nach Darmentlastung)
- Symbioselenkung (= Wiederaufbau einer funktionstüchtigen Darmflora z. B. durch ProTop Antioxidans)
- Stressabbau: Lernen Sie Stressvermeidung, Entspannungsübungen und Umgang mit Konflikten



## Säuren ausscheiden, Basen aufnehmen

Nicht nur Säuren durch die Haut ausscheiden, sondern auch Basen durch die Haut aufnehmen

- Das geschieht am wirksamsten mit einem Vollbad.
- In das über 37° C warme Badewasser 2 EL Basenpulver/Natron und 100 ml sEM Hell geben, mindestens 40-60 Minuten baden, es darf auch länger sein – ganz nebenbei wird dadurch auch die Haut wieder weicher und schöner.
- Keine weiteren Badezusätze hineingeben, für einen guten Duft gibt man ein paar Tropfen ätherisches Öl dazu.
- Nach dem Baden die noch leicht feuchte Haut mit Hanföl einreiben. Den Geruch des Hanföls kann man z. B. mit 1 Tropfen Zitronenöl verfeinern.



## Basenbad

Folgende Version ist noch etwas wirksamer:

Wenn Sie die **Haut trocken oder während des Badens mit einer Bürste gründlich massieren**, beschleunigt das den Abtransport von Schlackenstoffen und das Ausscheiden von Giftstoffen zusätzlich.  
Nach einem solchen Bad schläft man hervorragend.



Natron in  
Lebensmittelqualität  
für Fußbäder

Basenpulver



## Praktische Tricks gegen Säurefallen

- Mit dem Essen nie so lange warten bis Heißhunger entsteht
- Bei Hungergefühl etwas Trockenobst, Oliven oder Mandeln und Wasser bereithalten
- Ein Becher Tee beruhigt erstmal den Magen und schützt so vor unnötigen Kalorienbomben
- Man entsäuert nur gut, wenn man ausreichend trinkt
- 2 – 3 Liter pro Tag trinken (30 ml/kg Körpergewicht); am besten die erste Flasche oder Thermoskanne bis zum Mittagessen, die zweite bis zum Nachmittag, die dritte bis zum Schlafengehen
- Stress killt die meisten guten Vorhaben
- Für solche Fälle belohnt man sich z. B. mit einem schönen Bad, einer Massage oder einem Saunaabend










## Wie kann ich meine Probleme vorzeitig erkennen?





Eine Vitalstoff Analyse visualisiert gesundheitliche Störungen jeder Art. Damit ermöglicht **der Vieva Vitalscan** die eigentliche Ursache einer körperlichen Beeinträchtigung wesentlich schneller ausfindig zu machen.



## Allgemeiner körperlicher Zustand

<input type="checkbox"/>			pH	3.156 - 3.694	2.968					
<input type="checkbox"/>			Wassermangel	33.967 - 37.642	36.079					



## Spurenelemente

<input type="checkbox"/>			Kalzium	1.219 - 3.021	2.881					
<input type="checkbox"/>			Eisen	1.151 - 1.847	1.309					
<input type="checkbox"/>				Zink	1.143 - 1.989	1.132				
<input type="checkbox"/>			Selen	0.847 - 2.045	1.219					
<input type="checkbox"/>			Phosphor	1.195 - 2.134	1.994					
<input type="checkbox"/>			Kalium	0.689 - 0.987	0.475					
<input type="checkbox"/>			Magnesium	0.568 - 0.992	0.419					
<input type="checkbox"/>			Kupfer	0.474 - 0.749	0.101					

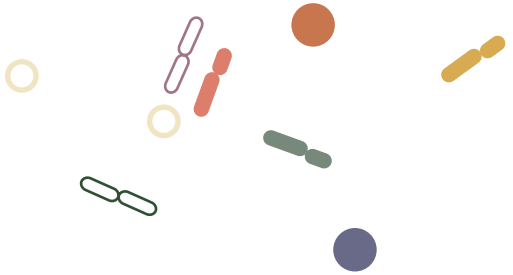


	<i>Eigenschaft</i>	<i>Normalbereich</i>	<i>Ist-Wert</i>						
<b>Schwermetalle &amp; Homotoxine</b>									
<input type="checkbox"/>	 	Blei	0.052 - 0.643	1.287					
<input type="checkbox"/>	 	Quecksilber	0.013 - 0.336	0.779					
<input type="checkbox"/>	 	Kadmium	0.527 - 1.523	1.726					
<input type="checkbox"/>	 	Chrom	0.176 - 1.183	0.916					
<input type="checkbox"/>	 	Arsen	0.153 - 0.621	0.437					
<input type="checkbox"/>	 	Antimon	0.162 - 0.412	0.375					
<input type="checkbox"/>	 	Thallium	0.182 - 0.542	0.189					
<input type="checkbox"/>	 	Aluminium	0.192 - 0.412	0.367					
<input type="checkbox"/>	 	Stimulierende Getränke	0.209 - 0.751	0.812					
<input type="checkbox"/>	 	Elektromagnetische Strahlung	0.046 - 0.167	0.261					
<input type="checkbox"/>	 	Nikotin (Tabak)	0.124 - 0.453	0.358					
<input type="checkbox"/>	 	Rückstände von giftigen Pestiziden	0.013 - 0.313	0.464					



	<i>Eigenschaft</i>	<i>Normalbereich</i>	<i>Ist-Wert</i>				
	grüner Festizidien						
<b>Magen-Darmfunktion</b>							
<input type="checkbox"/>	 	Pepsinsekretion Koeffizient	59.847 - 65.234	59.436			
<input type="checkbox"/>	 	Magenperistaltik Koeffizient	58.425 - 61.213	54.757			
<input type="checkbox"/>	 	Absorptionsfunktion des Magens	34.367 - 35.642	28.906			
<input type="checkbox"/>	 	Dünndarmperistaltik Koeffizient	133.437 - 140.476	131.252			
<input type="checkbox"/>	 	Absorptionsfunktion des Dünndarms	3.572 - 6.483	2.693			
<b>Dickdarm</b>							
<input type="checkbox"/>	 	Dickdarmperistaltik	4.572 - 6.483	3.222			
<input type="checkbox"/>	 	Dickdarmabsorbtion	2.946 - 3.815	2.243			
<input type="checkbox"/>	 	Darmbakterien Koeffizient	1.734 - 2.621	0.952			
<input type="checkbox"/>	 	Intraluminal Druck	1.173 - 2.297	2.248			





Wir sehen die Mikroorganismen als Vorbilder und glauben fest daran, dass unsere Zukunft und die nachfolgenden Generationen in der Hand von Mikroorganismen liegt. Deshalb arbeiten wir engagiert mit, statt gegen Mikroorganismen, um die Welt ein Stück besser zu machen.

*Helfen Sie uns dabei mit einer Spende oder werden Sie Mitglied im gemeinnützigen Verein **EM Bakterienfreunde***  
[www.em-bakterienfreunde.com](http://www.em-bakterienfreunde.com)



# Fragen

