

# Basische Körperpflege

Bis in die 70er Jahre hinein wurde die Haut ausschliesslich mit basischen Seifen gepflegt. Danach eroberten die ersten modernen Hautpflegeprodukte den Markt. Ihre chemische Rezeptur und ihr saurer pH-Wert sorgten für die Zerstörung der natürlichen Hautregulation und führten so zur Entstehung vieler Hautkrankheiten.

Autor: Zentrum der Gesundheit

Aktualisiert: 21. June 2019

Stand: 14. September 2019

## Basisches Fruchtwasser

Neun Monate hält sich der Embryo im basischen Fruchtwasser auf, dessen pH-Wert bei 8,5 liegt, so dass auch die Haut von Neugeborenen basisch ist. Zu keinem späteren Zeitpunkt duftet die menschliche Haut so gut und ist so gesund, wie nach der Geburt.

## Positive Erfahrungen mit Seife

Wir können uns auf jahrzehntelange positive Erfahrungen mit basischen Seifen und Badesalzen in der Hautpflege berufen. Die damals ausschliesslich verwendete basische Pflege erfüllte nicht nur den Zweck der Hautreinigung, sondern trug auch dazu bei, die Haut zu schützen - angefangen von der Babypflege bis hin zur Altenpflege.

## Hohe pH-Werte trocknen die Haut aus

Heute können wir unsere Haut noch intensiver pflegen, als das früher mit den hoch basischen Seifen möglich war, denn je höher der pH-Wert einer Seife ist, umso mehr trocknet sie die Haut aus.

Da die Menschen früher nicht unserem heutigen Reinlichkeitswahn unterlagen, spielte die austrocknende Wirkung der Seife auch keine Rolle. Die Haut hatte stets genügend Zeit, erneut Hautfett zu produzieren und sich auf diese Weise wieder auszugleichen.

## Leicht basische pH-Werte sind ideal

Eine naturbalassene, basische Körperpflege mit leicht basischen Werten (pH 7,4), wie sie heute von einigen wenigen Herstellern angeboten wird, ist sehr viel geeigneter für die tägliche Hautpflege, da dieser pH-Wert die Haut nicht austrocknet.

Besteht diese Hautpflege dann noch aus hochwertigen Kräutern, ätherischen Ölen und anderen wertvollen Ingredienzen, dann kann man durchaus von einer kombinierten Haut- und Gesundheitspflege sprechen, da jede auf die Haut gegebene Substanz automatisch über die Poren in den Blutkreislauf gelangt und somit der gesamte Körper von der Wirkung der Kräuter und Öle profitiert.

## Der so genannte Säureschutzmantel

Gibt es wirklich einen Säureschutzmantel oder gibt es ihn nicht? Diese Frage stellt sich immer häufiger den Verbraucher/innen, die sich mit dem Thema basische Haut- und/oder Haarpflege beschäftigen. Nach Meinung verschiedener Hautexperten, die sich seit vielen Jahren mit basischer Hautpflege beschäftigen, gibt es den nicht.

## Säureschutz als Werbemittel

Sicherlich ist unsere Haut in den vergangenen Jahrzehnten immer saurer geworden. Das hat aber nichts mit einem Säureschutz zu tun. Im Gegenteil: Unser Körper ist - aufgrund der extrem hohen Säurebelastung - nicht mehr in der Lage, die anfallenden Säuren über die Nieren oder den Darm auszuleiten, so dass er die Haut zur Hilfe nehmen muss. Aus diesem Grund ist der pH-Wert der Haut auch extrem niedrig. Er liegt im Durchschnitt bei pH 5,5. Diesen sauren Haut pH-Wert nehmen die Hersteller von Körperpflegeprodukten zum Anlass, ebenfalls saure "Pflege"produkte mit gleichem pH-Wert anzubieten, um den so genannten Säureschutzmantel aufrecht zu erhalten. Die Kosmetikindustrie verwendet den Begriff "Säureschutzmantel" ausschliesslich für Werbezwecke und verdient eine Menge Geld mit dem Erhalt desselben...

## Basische Körperpflege löst Säuren

Da Säuren und Basen immer eine Reaktion eingehen, regt die basische Hautpflege den Körper an, die eingelagerten Säuren und Schlacken aus dem überwiegend sauren Milieu der Zellen zu lösen und in die basische Umgebung abzugeben. Auf diese Weise hilft eine basische Hautpflege dem Körper effektiv bei seiner Entsäuerung.

## Basisches Vollbad unterstützt Säureausleitung

Das Badewasser weist in der Regel einen neutralen pH-Wert von 7 auf. Gibt man ein basisches Badesalz hinzu, erhöht sich dieser Wert bis auf pH 8,5, je nach hinzugegebener Salzmenge. Verlässt der Badende nach ca. einer Stunde Badedauer das Wasser, ist der pH-Wert messbar gesunken. Damit wird der Beweis erbracht, dass das Badewasser die Säuren aufnimmt, die vom Körper ausgeschieden wurden und über die Haut in das Wasser gelangt sind.

## Basische Körperpflege sorgt für eine Rückfettung der Haut

Da der Entsäuerungsprozess während eines basischen Bades frühestens nach zwanzig Minuten einsetzt, sollte ein Basenbad immer ca. 60 Minuten andauern. Um die Haut muss sich niemand sorgen, da sie sich in Vollbädern mit entsprechend hohen pH-Werten von ca. 8,5 die Haut selbständig rückfettet.

Ebenso hilfreich wie basische Vollbäder wirken auch basische Fussbäder. Sie helfen, die Säuren über die Füße auszuleiten. Unsere Füße gelten schliesslich als "dritte Nieren"...nBasische Körperpflegemittel tragen ebenfalls zur Entsäuerung über die Haut bei. So kann das Motto einer sinnvollen Körperpflege nur lauten: basische Pflege statt saurer Belastung.

## Saure Körperpflege kann schädlich sein

Wer über einen langen Zeitraum eine saure und zu allem Überfluss auch noch chemisch hergestellte Körperpflege verwendet, erzeugt im Körper eine Säureflut, die enorme körperchemische Wirkungen hervorruft. Die eingelagerten Säuren wollen über die Haut entweichen, was grundsätzlich am leichtesten in einem basischen Umfeld möglich ist. Wirken wir diesem Bestreben durch das Einreiben mit einer sauren Körperlotion entgegen, werden die Säuren wieder in die Körpersäfte zurückgedrängt.

Die Folge ist, dass die Säuren zu einem späteren Zeitpunkt wieder austreten wollen. Der Anwender saurer Hautpflegeprodukte hat schnell das Gefühl, sich wieder reinigen zu müssen. Daher ist es keine Seltenheit, dass viele Menschen sogar öfter als einmal täglich duschen.

## Saure Hautpflege entfettet die Haut

Mit dem Einsatz stark schäumender Duschbäder sowie parfümierter Duschgels wird die Haut entfettet, um im Anschluss daran wieder mit einer sauren Körperlotion eingecremt zu werden. Auf diese Weise verlieren die Talgdrüsen ihre natürliche Fähigkeit, den Rückfettungsprozess in Gang zu setzen. Eine konsequent basische Körperpflege bewirkt das Gegenteil: Die Talgdrüsen werden angeregt, die natürliche Rückfettung der Haut zu aktivieren.

## Ein Nährboden für Pilze

Immer häufiger reagiert die Haut auch allergisch auf eine chemisch saure Körperpflege. Die Reaktionen reichen von unangenehmem Hautjucken über Brennen bis hin zu teilweise offenen Hautstellen. Ist die Haut angegriffen, bietet sie eine ideale Brutstätte für Hautpilze aller Art. Ein saures Hautmilieu ermöglicht die Ausbreitung von Genital-, Fuss-, Nagel- und Hautpilzen. Betrachtet man das masslose Pflegebedürfnis des Menschen der Neuzeit, wundert es nicht, dass die Anzahl der Pilzinfektionen stetig steigt.

## Basische Körperpflege gerade bei hohen Temperaturen

Als besonders effizient kann eine basische Pflege gewertet werden, wenn Menschen hohen Temperaturen ausgesetzt sind, wenn sie stark transpirieren, oder schnell wund werden. Beginnen sollte man am Morgen in diesen Fällen mit kühlenden basischen Waschungen des Nackens und des Oberkörpers.

Dem Waschwasser zugesetzt sein sollte ein gestrichener Teelöffel mit basischem Badesalz. Diese Waschungen sollten ausgiebig vorgenommen werden. Anschliessend wird empfohlen, die Hände über einen Zeitraum von ca 3 bis 5 Minuten in basischem Wasser zu massieren. Kühle, wie auch angenehm temperierte basische Waschungen können auch im Intimbereich vorgenommen werden.

Das abschliessende Fazit lautet, dass kein Hautpilz ewig einer basischen Körperpflege widerstehen kann. Dieser ist nur dann überlebensfähig, wenn er ein saures Körpermilieu vorfindet.

Wer für einen effektiven Rundumschutz seines Körpers sorgen will und Pilzen den Nährboden entziehen möchte, sollte der Körperpflege eine besondere Bedeutung zumessen und sich für eine basische Körperpflege entscheiden.

n

## Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



**Link zum Artikel**

<https://zdg.de/basische-koerperpflege-pi.html>