

HOGE BLOEDDRUK BEHANDELPLAN

In de meeste gevallen van hoge bloeddruk (hypertensie) op middelbare- en hogere leeftijd, wordt dit **veroorzaakt door chronische verzuring**. Zure afvalstoffen in het bloed maken het bloed dikker van samenstelling waardoor het hart harder moet pompen om zuurstof en voedingsstoffen bij de organen te krijgen. Afhankelijk van waar het lichaam deze zuurresten opslaat, wordt de bloedsomloop op die plek minder, waardoor een vitaal orgaan niet meer in staat is om genoeg zuurstof en voedingsstoffen via het bloed te ontvangen. Het hart moet dus harder gaan pompen om de vitale organen van voldoende zuurstof te voorzien. De bloeddruk gaat hierdoor structureel omhoog. Het herstellen van het zuur-base evenwicht (ontzuren) biedt een lange termijnoplossing voor personen die hun bloeddruk op natuurlijke wijze weer op het normale niveau wensen te brengen.



SYMPTOMEN

- Troebele blik
- Moeheid
- Onrustig, opgejaagd
- Pijn in het hoofd
- Korte adem
- Misselijkheid

Bovenstaand is een korte samenvatting over de aandoening hoge bloeddruk.

BEHANDELADVIES

Om de bloeddruk weer structureel omlaag te brengen is het nodig om het bloed te ontdoen van de restzuren. Door het lichaam actief langere tijd te ontzuren zal het bloed weer zuiverder en dus dunner (minder viscos) van samenstelling worden, waardoor het hart minder hard hoeft te pompen om zuurstof bij de organen te krijgen.

VOORUITZICHTEN

Door het behandelplan te volgen is de kans erg groot dat uw bloed na de hoofdfase (twee maanden) al in druk is verlaagd. Mocht u bloeddrukverlagende medicatie slikken, dan is het wel belangrijk om in samenspraak met uw arts uw medicatie eventueel aan te passen aan de nieuwe situatie. Anders ontstaat de mogelijkheid dat, in geval dat uw bloeddruk is verbeterd, u door het slikken van uw medicatie, deze te ver naar beneden gaat. Om ervoor te zorgen dat op de langere termijn uw bloeddruk niet opnieuw oploopt door verzuring, is het raadzaam om actieve ontzuring op regelmatige basis voor te zetten. Hiervoor is de onderhoudsfase. U kunt naast de aanbevolen producten in het onderstaande behandelplan nog aanvullende producten gebruiken om de kans op een blijvende lage bloeddruk verder te vergroten.

BEHANDELPLAN

In onderstaand schema vindt u ons advies over met welke producten u het beste aan de slag kunt gaan om uw lichaam te ontzuren bij het bestrijden van hoge bloeddruk. Dit behandelplan is de uitkomst van specifiek onderzoek naar deze methode, in samenwerking met veel gebruikers en de jarenlange ervaring van gezondheidsprofessionals. Alle aanbevolen producten zijn zelfzorgmiddelen, voedingssupplementen of kruidenextracten en zijn vrij verkrijgbaar bij de adviesdrogisterij of online te bestellen.

AANBEVOLEN PRODUCTEN BIJ HOGE BLOEDDRUK

| Aanbevolen producten | Beginfase (2 weken) | Hoofdfase (2 maanden) | Onderhoudsfase | Bijzonderheden |
|-------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Basische druppels | 3 druppels in een glas water; 4 glazen water per dag | 4 druppels in een glas water; 4 glazen water per dag | 4 druppels in een glas water; 3 glazen water per dag | Verhoogt de zuurbuffer in het lichaam |
| Ontzurende kruidenthee | 2 koppen thee per dag | 3 koppen thee per dag | 2 koppen thee per dag | Voert afvalzuren af |

Bij hoge bloeddruk dient u rekening te houden met een beginfase van 2 weken en een hoofdfase van 2 maanden. Indien na de hoofdfase er nog geen voldoende verbeteringen worden ervaren, dan dient u de hoofdfase nog eens met 2 maanden door te zetten.

AANVULLENDE PRODUCTEN

U kunt het behandelplan aanvullen met onderstaande producten.

| Aanvullende producten | Bijzonderheden |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Gecoate basische capsules met bicarbonaat | 2 x per dag 1 capsule na de maaltijd Verhoogt de zuurbuffer in het bloed |

STARTEN MET BEHANDELING

Op basis van het bovenstaande behandelplan kunt u beginnen met het behandelen van uw hoge bloeddruk door uw lichaam te ontzuren. De geadviseerde producten zijn zowel online, als bij een adviesdokter bij u in de buurt beschikbaar.

www.zuurbasekennis.nl • www.zuurbasekennis.be

Vragen of advies in uw specifieke situatie?

Bel dan voor een gratis adviesgesprek met één van onze gezondheidscoaches op ma - vrij: 09:00 - 17:00 uur
NL: (020) 262 14 12 • BE: (03) 456 27 77 (beide lokaal tarief)