

CHRONISCHE VERKOUDEHEID BEHANDELPLAN

Volwassenen worden gemiddeld enkele keren per jaar verkouden. Bij kinderen kan dit aantal verder oplopen. Verkoudheid is een virusinfectie die meestal maar een paar dagen aanhoudt. Er is sprake van chronische verkoudheid als de symptomen gedurende langere tijd aanhouden. Op dat moment speelt een virusinfectie geen rol meer. De oorzaak ligt dan vaak bij een chronische verzuring met als gevolg bacteriële infecties, allergieën, etc. **Wanneer er sprake is van een verzuring van ons lichaam, ofwel het zuur-base evenwicht is niet in balans, dan wordt men veel gevoeliger voor chronische verkoudheid.** Ziektemakers als virussen en bacteriën vermenigvuldigen zich makkelijk in een verzuurde omgeving en minder gemakkelijk in een basische omgeving. Agressiviteit van zuren kan leiden tot irritaties van de slijmvliezen.



SYMPTOMEN

De volgende symptomen kunnen waargenomen worden bij chronische verkoudheid:

- Verminderde algemene weerstand.
- Kriebel in de keel.
- Jeukende en tranende ogen.
- Niezen.
- Een verstopte neus.
- Hoofdpijn.
- Vermoeidheid

Bovenstaand is een korte samenvatting over de aandoening chronische verkoudheid.

BEHANDELADVIES

Door het lichaam actief te ontzuren wordt het milieu voor virussen en bacteriën minder gunstig. De slijmvliezen zullen minder geïrriteerd raken en de klachten zullen daardoor veel sneller verdwijnen. De algehele weerstand in een ontzuurd lichaam neemt toe.

VOORUITZICHTEN

Door onderstaand behandelplan te volgen is de kans groot dat u na de hoofdfase (twee maanden) verbeteringen zult ervaren. Hoe meer en beter u het lichaam ontdoet van zure afvalstoffen, des te sneller zullen de ziektemakers in ons lichaam minder actief zijn. Vervolgens is het belangrijk te zorgen dat de verzuring niet weer terugkomt, hiervoor is de onderhoudsfase. U kunt naast de aanbevolen producten in het behandelplan nog aanvullende producten gebruiken.

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 chronische verkoudheid. Dit behandelplan is de uitkomst van specifiek onderzoek naar deze methode, in samenwerking met vele 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 CHRONISCHE VERKOUDEHEID

| 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 |
| Basische voedingsextracten | 10 gram per dag bij het ontbijt | 10 gram per dag bij het ontbijt | 10 gram per dag bij het ontbijt | Verhoogt het energieniveau |

Bij chronische verkoudheid dient u rekening te houden met een beginfase van 2 weken en een hoofdfase van 2 maanden. Indien na de hoofdfase nog geen significante verbeteringen ervaren worden, dient u de hoofdfase nog 2 maanden door te zetten.

AANVULLENDE PRODUCTEN

U kunt het behandelplan aanvullen met onderstaande producten.

| Aanvullende producten | Bijzonderheden |
|---|--|
| Gecoate basische tabletten met bicarbonaat | 1 tablet na iedere maaltijd Bevat natriumbicarbonaat, kaliumbicarbonaat en zink |
| Ontzurende kruidenthee | 2 koppen thee per dag Stimuleert de afvoer van zure afvalstoffen |

KOSTEN

Wat kost het behandelen van chronische verkoudheid met ontzurende producten? De bovenstaande aanbevolen en aanvullende producten zijn van een aantal merken verkrijgbaar. De stichting heeft niet als doel om reclame te maken voor een specifiek merk, dus zal hierin geen aanbeveling doen of merknamen noemen. We kunnen u echter wel een indicatie geven van de kosten van de door ons voorgestelde behandeling.

Op basis van door ons als beste geteste en onderzochte merkproducten vindt u onderstaand een kostenindicatie van het behandelplan.

| Product | Prijs | Hoofdfase | Onderhoudsfase |
|-----------------------------------|--------|---------------|----------------|
| Basische druppels | €29,95 | €0,32 per dag | €0,24 per dag |
| Basische voedingsextracten | €24,95 | €1,33 per dag | €1,33 per dag |
| Totaal | | €1,65 | €1,57 |

| Optioneel aanvullende producten | Prijs | Voor X dagen gebruik | Kosten |
|---|--------|----------------------|---------------|
| Basische tabletten met bicarbonaat | €24,95 | 30 | €0,83 per dag |
| Ontzurende kruidenthee | €24,95 | 50 | €0,50 per dag |

STARTEN MET BEHANDELING

Op basis van het bovenstaande behandelplan kunt u beginnen met het behandelen van uw chronische verkoudheid door het lichaam te ontzuren. De geadviseerde producten zijn zowel online, als bij een adviesdrugist 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)