

# Basica®

## Haut<sup>2,3</sup>



### **BASICA-PLUS-SYSTEM**

Trinkgranulat mit Zink für den Säure-Basen-Haushalt<sup>1</sup>  
plus lösliches Granulat, mit Beitrag zur normalen Kollagen-  
bildung<sup>2</sup>, für die schöne und gesunde Haut<sup>2,3</sup> von innen

<sup>1</sup> Zink unterstützt den normalen Säure-Basen-Stoffwechsel.

<sup>2</sup> Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei.

<sup>3</sup> Biotin leistet einen Beitrag zur normalen Hautfunktion.



# Basica® – Ihr Säure-Basen-Experte

---

Es freut uns sehr, dass Sie sich für Basica® interessieren. Seit fast 100 Jahren unterstützen wir Menschen bei einem gesunden Säure-Basen-Gleichgewicht. Seitdem wurde das Grundprinzip von Basica® nicht verändert, aber unsere Produkte trotzdem ständig weiter verbessert. Denn unser Erfolgsrezept besteht nicht nur aus jahrzehntelanger Erfahrung, sondern auch aus kontinuierlicher ernährungswissenschaftlicher Forschung.



# Das Säure-Basen-Gleichgewicht

---

Äußere Einflüsse, die einseitig wirken, kann der Körper wieder ins Gleichgewicht bringen. So selbstverständlich wie wir beispielsweise beim Gehen den Einfluss der Schwerkraft ausgleichen, ist es für den Körper den Stoffwechsel im Gleichgewicht zu halten.

Ein wesentlicher Faktor ist dabei der Säure-Basen-Haushalt. Durch das ausgeglichene Zusammenspiel von Säuren und Basen werden optimale pH-Bedingungen für die Vorgänge im Stoffwechsel geschaffen. Eine Voraussetzung ist, dass der Körper mit der Nahrung die Nährstoffe erhält, die er benötigt, um den Stoffwechsel in einem gesunden Gleichgewicht zu halten.

Weitere Informationen zum Säure-Basen-Gleichgewicht finden Sie auf unserer Website unter [www.basica.com](http://www.basica.com).



## Unsere Haut als Spiegelbild unseres Wohlbefindens

---

Wie es uns geht, spiegelt unsere Haut wider. Obwohl sie sich stets regeneriert, können alltägliche Beanspruchungen oder innere und äußere Einflüsse sie aus dem Gleichgewicht bringen und ihr Aussehen beeinflussen. Zu viel Stress, zu wenig „Schönheitsschlaf“ und eine Unterversorgung mit hautaktiven Nährstoffen können zu einem fahlen und müden Hautbild führen.

Auf welche Signale wir achten sollten, wenn wir das Gefühl haben, dass unsere Haut Unterstützung verdient:

- gestresstes Hautbild
- trockene Haut
- (geschwollene) Augenringe
- erschlaffte Haut

## Für schöne und gesunde Haut<sup>2,3</sup> von innen

---

Unsere Haut ist anspruchsvoll: Eine gesunde und funktionsfähige Haut basiert auf einem regulären Ablauf von Stoffwechselfvorgängen. Die Grundlage dafür ist ein ausgeglichener Säure-Basen-Haushalt.

Basica® Haut unterstützt mit Zink den Säure-Basen-Stoffwechsel und trägt mit den hautaktiven Nährstoffen Biotin und Kupfer zum Erhalt gesunder Haut bei. Vitamin D und B12 unterstützen die reguläre Zellteilung und damit die Regeneration. Für Festigkeit und Strahlkraft von innen.



# So funktioniert das BASICA-PLUS-SYSTEM

Basica® Haut bietet eine spezielle Formulierung und besondere Darreichungsform:



## ① Basis-Komponente

Das basische Trinkgranulat unterstützt mit Zink den normalen Säure-Basen-Stoffwechsel.

+



## ② Funktional-Komponente

Das lösliche Granulat mit hautaktiven Nährstoffen leistet einen Beitrag zur normalen Kollagenbildung<sup>2</sup> sowie zum Erhalt eines normalen Bindegewebes<sup>4</sup> und der Hautpigmentierung<sup>4</sup>.

## Basica® Haut<sup>2,3</sup> Für eine schöne und gesunde Haut<sup>2,3</sup> von innen

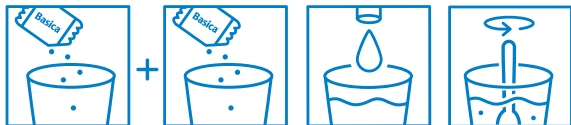
---

Eine schöne und gesunde Haut hat großen Einfluss auf unser ganzheitliches Wohlbefinden. Beide Granulate enthalten Nährstoffe für die gesunde Hautfunktion<sup>3,4</sup>, für Regeneration und Schutz der Zellen<sup>5,6</sup> sowie für die Kollagenbildung<sup>2</sup>. Das basische Trinkgranulat unterstützt mit Zink den normalen Säure-Basen-Stoffwechsel.

- ✓ <sup>2</sup>Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei.
- ✓ <sup>3</sup>Biotin leistet einen Beitrag zur normalen Hautfunktion.
- ✓ <sup>4</sup>Kupfer leistet einen Beitrag zum Erhalt des normalen Bindegewebes und der Hautpigmentierung.
- ✓ <sup>5</sup>Calcium, Vitamin D und Vitamin B12 haben eine Funktion bei der Zellteilung.
- ✓ <sup>6</sup>Selen und Vitamin C tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

# Gebrauchsanweisung

Die beiden Sachets mittig trennen.



Trinkgranulat  
in ein  
trockenes  
Glas geben.

Lösliches  
Granulat  
dazugeben.

Mit stillem Wasser (ca. 150 ml)  
aufgießen und umrühren.  
Die Flüssigkeitsmenge kann  
je nach gewünschter Süße  
variiert werden.

Mit den praktischen Granulaten kann jederzeit  
eine wohlschmeckende Trinklösung frisch zubereitet  
werden – ohne Konservierungsstoffe.

Sachet mit  
**Trinkgranulat**



Sachet mit  
**löslichem Granulat**



# Basische Ernährung

---

Eine gesunde und vielseitige Ernährung ist durch nichts zu ersetzen. Im modernen Alltag stellt uns das manchmal vor besondere Herausforderungen.

Gerade wenn es an Zeit, Ideen oder Auswahl mangelt, stellen tierische Lebensmittel mit hohem Eiweißanteil (wie Fleisch, Wurst, Fisch, Käse, Eier, Milch) oder phosphatreiche Erfrischungsgetränke eine beliebte Wahl dar. Diese werden im Körper sauer verstoffwechselt.

Idealerweise wird ein Säureüberschuss ausgeschieden oder durch eine ausreichend hohe Zufuhr an Lebensmitteln wie Gemüse, Salat und Obst, die reich an basischen Mineralstoffen sind, ausgeglichen. Als Richtlinie gilt: Die Hälfte der Lebensmittel auf dem Teller sollte Salat, Gemüse und Obst sein.

# Nahrungsmitteltabelle

## basisch

	schwach	mittel	stark
<b>Gemüse und Salat</b>	Kopf-/Eisbergsalat, Gurken, Auberginen, Zucchini, Brokkoli, Rosenkohl, Pilze, Blumenkohl, Paprika, Tomaten, Spargel, Kartoffeln, Lauch, Sauerkraut, Radieschen	Feldsalat, Rucola, Fenchel, Grünkohl, Karotten, Kohlrabi, Sellerie	Spinat
<b>Früchte</b>	Äpfel, Birnen, Pfirsiche, Kirschen, Erdbeeren, Mangos, Weintrauben, Kiwis, Orangen, Zitronen, Grapefruits, Ananas, Wassermelonen	Bananen, Aprikosen, Schwarze Johannisbeeren	Getrocknete Feigen, Rosinen

Die Einteilung der Lebensmittel gilt für jeweils 100 g.  
Nach aktuellem Stand der Ernährungswissenschaft sind Zucker, Fette und Öle neutrale Lebensmittel.

## TIPP

Unter [www.basica.com](http://www.basica.com) finden Sie einen interaktiven Säure-Basen-Test.  
Die große Nahrungsmitteltabelle können Sie bei uns kostenlos anfordern.

## säurebildend

	schwach	mittel	stark
<b>Brot und Getreideprodukte</b>	Roggenbrot, Knäckebrot, Mais	Vollkornbrot, Dinkel, Cornflakes, Zwieback, Spätzle, Eiernudeln	Haferflocken, Reis
<b>Milchprodukte und Eier</b>	Buttermilch, Frischkäse, Joghurt, Milch, Sahne	Hühnereier	Quark, Hartkäse, Parmesan, Camembert, Schmelzkäse
<b>Fleisch und Wurstwaren</b>		Fleischwurst, Wiener Würstchen, Bierschinken, Rind, Schwein, Geflügel, Kalb, Lamm	Gans, Kaninchen, Corned Beef, Leber(wurst), Salami
<b>Fisch und Meeresfrüchte</b>		Hering, Kabeljau, Karpfen, Lachs, Rotbarsch, Seezunge, Zander	Sardinen, Forelle, geräucherter Aal, Krabben, Miesmuscheln



# Häufige Fragen

---

## Warum gibt es zwei verschiedene Darreichungsformen?

Basica® Haut beruht auf dem Basica-Plus-System. Im ersten Sachet befindet sich das basische Trinkgranulat, das mit Zink den normalen Säure-Basen-Stoffwechsel unterstützt.

Das zweite Sachet enthält das lösliche Granulat mit den hautaktiven Nährstoffen Biotin, das zum Erhalt einer normalen Haut beiträgt, Kupfer, das einen Beitrag zum Erhalt des normalen Bindegewebes und der Hautpigmentierung leistet, und Vitamin C, das zur normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut beiträgt.

## Wie und wann sollen die einzelnen Portionen eingenommen werden?

Das Trinkgranulat aus beiden Sachets in Wasser auflösen und trinken. Die Flüssigkeitsmenge kann je nach gewünschter Süße variiert werden. Empfohlen wird die Einnahme nach einer Mahlzeit am Vormittag.

## Kann Basica® Haut regelmäßig eingenommen werden?

Die Formulierung ist so konzipiert, dass Basica® Haut bei Bedarf über 4 Wochen (Monatspackung) oder auch regelmäßig eingenommen werden kann.

## Was ist zu tun, wenn eine Portion vergessen wird?

Haben Sie aus Versehen eine Tagesportion vergessen, setzen Sie die Einnahme einfach fort. Mehr als ein Doppelsachet pro Tag soll nicht eingenommen werden.

# Basica® Haut<sup>2,3</sup>

Nahrungsergänzungsmittel mit basischen Mineralstoffen, Spurenelementen, Vitaminen und Kollagenpeptiden. Mit Süßungsmitteln. Mit natürlichem Zitronenaroma.

- ✓ Ohne Konservierungsstoffe
- ✓ Lactosefrei
- ✓ Glutenfrei
- ✓ Ohne Zucker
- ✓ Ohne Farbstoffe

## Zutaten

### **Basisches Trinkgranulat:**

Natriumcitrat, Calciumlactat, Säuerungsmittel Zitronensäure, Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat, Kaliumhydrogencarbonat, Maltodextrin, natürliches Zitronenaroma, Zinkcitrat, Süßungsmittel Sucralose, Chromchlorid, Natriummolybdat, Natriumselenat

### **Lösliches Granulat mit hautaktiven Nährstoffen:**

Kollagenpeptide (Rind), Süßungsmittel Sorbit, Vitamin C, Maltodextrin, Kupfercitrat, Biotin, Vitamin D3, Vitamin B12.

## Nährstoffinformation

**Zufuhr pro Tagesportion:**  
**1 Doppelsachet mit Granulaten zur Herstellung einer Trinklösung**

<b>Nährstoff</b>		<b>% NRV</b>
<b>Basisches Trinkgranulat:</b>		
Zink	5 mg	50 %
Chrom	40 µg	100 %
Molybdän	50 µg	100 %
Selen	30 µg	55 %
Calcium	150 mg	19 %
Magnesium	150 mg	40 %
Kalium	350 mg	18 %
Natrium	375 mg	–
<b>Lösliches Granulat:</b>		
Kollagenpeptide	2.500 mg	–
Vitamin C	80 mg	100 %
Biotin	150 µg	300 %
Vitamin D	5 µg (200 I.E.)	100 %
Vitamin B12	2,5 µg	100 %
Kupfer	0,15 mg	15 %

% NRV = % des Referenzwertes für die tägliche Nährstoffzufuhr gem. EU-Verordnung.

# Fragen oder Anregungen?

---

Unter [www.basica.com](http://www.basica.com) finden Sie:

- Wissenswertes zum Thema Säure-Basen-Gleichgewicht
- Produktinformationen zum Basica®-Sortiment

Unser Beratungsdienst hilft Ihnen gerne persönlich weiter.

## Info-Service

Tel.: +49 89 99 65 53-0

Fax: +49 89 96 34 46

[www.basica.com](http://www.basica.com)

[info@basica.de](mailto:info@basica.de)

 @basica\_official

 @BasicaDACH

 basica

 Basica

HIER ZIEHEN



Protina Pharm. GmbH  
Adalperostraße 37  
D-85737 Ismaning