

## NATRIUM (Na)

- Ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff
- Wichtig für den Säure-Basen-Haushalt
- Ist an der Bildung der Verdauungssäuren im Magen beteiligt
- Steuert den Wasserhaushalt des Gewebes
- Äußerst wichtig für die Reizbildung und -weiterleitung und die normale Aktivität von Nerven und Muskeln
- Reguliert den Blutdruck
- Verbessert die Gehirnfunktion
- Wichtig für die Entfernung von überschüssigem Kohlendioxid
- Hilft bei der Aufnahme von Glukose und Wasser in die Zellen
- Hat Anti-Aging -Eigenschaften
- Hilft Sonnenstich zu vermeiden
- Überschuss entsteht durch zu wenig Wasser im Körper
- Schilddrüsenunterfunktion kann Mangel verursachen
- Starkes Schwitzen, Erbrechen oder Durchfall führt zu Mangel
- Mangel bei Leberzirrhose, Nieren- und Herzinsuffizienz, Zuckerkrankheit
- Harntreibende Medikamente fördern Mangel
- **Mangel kann führen zu**
  - verhärteten Arterien
  - Abschalten des Nervensystems und zu Krampfanfällen
  - Abgeschlagenheit und mangelnder Leistungsfähigkeit
  - Erhöhtem Sturzrisiko

### ANWENDUNG

- Da Kolloide kein Nahrungsergänzungsmittel sind, dürfen wir nicht die Empfehlung geben, es über die Mundschleimhaut aufzunehmen. Kolloide dringen aber auch über die Haut ein
- Zwanzig Pumpstöße täglich in die Haut reiben (bevorzugt in die Armbeuge)