

Inhalt

Vorwort	7
Was ist eigentlich Natron?	10
Natron, Soda und Ätznatron	11
Historischer Abriss	12
Vorkommen von Natron	15
Die Eigenschaften von Natron	19
Natron kaufen – Was gibt es zu beachten?	27
Natron im Alltag – Wie ist es zu lagern?	29
Die Rolle von Natron im Körper	32
Säuren und Basen – chemisches Grundwissen	32
► Wissenswertes zum pH-Wert	36
Was besagt die Säure-Basen-Theorie?	41
► Welche Lebensmittel sind gut?	52
Natron ist kein Allheilmittel!	55
► Der Natron-Test zur Bestimmung des Magensäure- gehalts	58
Innere Anwendung von Natron	66
Wie ist Natron einzunehmen?	66
So kann Natron helfen	70
Äußere Anwendung von Natron	79
Natron bei kleineren Malaisen	79
Natron in der Körperpflege	84
► Gesichtspflege	88

Natron in Haus und Garten	99
Natron als Haushaltshilfe	99
Natron als Gartenhilfe	105
Nachwort	108
Literatur	110