
Subject: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [jpo03](#) on Fri, 05 Jun 2009 19:47:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ,
könnt ihr mir Mittel gegen Übersäuerung empfehlen ?
Was haltet Ihr von diesem Produkt?
<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/organische-mineralstoffe.html>

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Yes No](#) on Fri, 05 Jun 2009 19:49:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es gibt keine Übersäuerung.

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [jpo03](#) on Sat, 06 Jun 2009 14:14:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast du Belege für deine Aussage ,wieso die Existenz einer Übersäuerung nicht anerkannt wird ?

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Yes No](#) on Sat, 06 Jun 2009 14:39:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zumindest der gesunde Körper hat einen Regelmechanismus, so dass alle Parameter im 'grünen' Bereich sind. Es gibt auch nur diesen 'grünen' Bereich, in dem der Körper funktionieren kann, bei einer tatsächlichen Übersäuerung (ausser lokal begrenzt) würde man (schnell) sterben.

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Ralf3](#) on Sun, 07 Jun 2009 12:40:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Villain schrieb am Sam, 06 Juni 2009 16:39Zumindest der gesunde Körper hat einen Regelmechanismus, so dass alle Parameter im 'grünen' Bereich sind. Es gibt auch nur diesen 'grünen' Bereich, in dem der Körper funktionieren kann, bei einer tatsächlichen Übersäuerung (ausser lokal begrenzt) würde man (schnell) sterben.

Das ist absoluter Quatsch!!!!!!!!!!!!

Meine Mutter ist 67 Jahre alt und seit 15 Jahren laut PH-Messstreifen im Sauren Bereich.

Wenn jemand nur Fleisch, Cola, Alkohol und Süßigkeiten konsumiert, kein Sport treibt und sich keine basischen Lebensmittel zuführt, wie will er dann die Säuren neutralisieren?????

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Ralf3](#) on Sun, 07 Jun 2009 12:45:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jpo03 schrieb am Fre, 05 Juni 2009 21:47Hallo ,
könnt ihr mir Mittel gegen Übersäuerung empfehlen ?
Was haltet Ihr von diesem Produkt?
<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/organische-mineralstoffe.html>

Alles überteuerte Schund!!

Günstiges Basenpulver aus dem DM-Markt, alles Kaliumreiche, Trockenobst vorallem...

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [jpo03](#) on Sun, 07 Jun 2009 17:30:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles klar danke .werde mal morgen so gucken ,was ich an präparaten finden kann .

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 07 Jun 2009 22:26:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme immer die Bulrich PH Wert-Tabletten. Gerade wenn ich mal bei Burger King oder ne Pizza gegessen hab. Grüner Tee nehm ich noch dazu.
Es gab mal vor 9 Jahren bei uns ein Friseur der behauptet hat, der (androgenetische) HA würde durch Übersäuerung statt finden, und hat überteuerte Produkte (Valerias) verkauft, was aber nichts gebracht hat, da auch die Theorie nicht stimmte. Der wollte mir damals auch weis machen, mein HA würde davon kommen und von meiner Schuppenflechte.
Beides war Quatsch!!!! Nach 6 Monaten Fin war der Ha gestoppt!
Das nur nebenbei...

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [abc123](#) on Wed, 16 Sep 2009 23:44:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wie findet man denn heraus ob man übersäuert ist?

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [abc123](#) on Sun, 11 Oct 2009 22:45:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

??

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Latisha](#) on Sun, 18 Oct 2009 12:13:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

teststreifen aus der apo, 3x tägl., besser 5x tägl. in den urin halten.teststreifen mit beiliegenden farbmustern vergleiche.tabelle mit säure-baseb kurve vom arzt holen oder im net eine suchen, werte eintragen.

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [abc123](#) on Wed, 21 Oct 2009 20:38:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was sagt ihr dazu?

<http://www.test.de/themen/gesundheit-kosmetik/meldung/-Ueber saeuerung/1304921/1304921/>

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [freak88](#) on Sun, 25 Oct 2009 17:13:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bitte schau nie mehr auf diese seite ... die zentrum der gesundheit!! die is der totale schwachsinn und schreibt nur bullshit ... da kannst du dir genausogut beratung von einem penner auf der straße holen:

Zitat der seite:
Vererbte Gewohnheiten

Erblich bedingter Haarausfall ist sicherlich nicht in dem Sinne erblich bedingt, wie es generell verstanden wird. Vererbt sind eher die Gewohnheiten des Verhaltens, als die Anlage zur Glatze! Wie der Vater - so der Sohn

Im Allgemeinen wird angenommen, dass "Anlagen" vom Großvater auf den Vater und von diesem auf den Sohn weiter - "vererbt" werden. Wenn nun der Vater - als das Vorbild des Sohnes - viel Fleisch und Süßes isst, Kaffee und Alkohol unter Umständen in größeren Mengen trinkt, raucht, ein gestresster Typ ist - und über die Jahre eine Glatze bekommt, wundert sich niemand, wenn der Sohn, der sich die selben Gewohnheiten zu eigen gemacht hat, auch seine Haare verliert.

wer auch nur ein bisschen hausverstand hat kann darüber wohl nur lachen! deswegen weg von der seite und nie mehr rauf schaun!

Subject: Re: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Kreon](#) on Mon, 16 Nov 2009 00:58:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ach du scheisse, es gibt leute die sowas glauben?!

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Gast](#) on Fri, 16 Apr 2010 13:19:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Körper ist keine perfekte Maschine mit Wirkungsgrad von 100%!!
Harnsäure entsteht und lagert sich ab. Dabei werden die körperlichen Funktionen nach und nach eingeschränkt.

Aber Mineralstoffe mit teils 100%er Bioverfügbarkeit bekommst du in jedem Chemieladen, für einen Bruchteil der Preise beim Heilpraktiker.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [pappi](#) on Sun, 07 Nov 2010 09:08:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Produkte vom Zentrum-der-Gesundheit sind sehr gut, ich benutze Sie selber und habe dort auch meine Ausbildung gemacht nach dem es mir körperlich nicht gut ging und ich dringend etwas ändern musste.

Die Firma ist serös und wer Sie als Bullshit bezeichnet, sollte erst Kritik üben wenn er mehr weiß.

Ich finde immer wieder das Vorverurteilungen stattfinden, wahrscheinlich von immer wieder den selben Usern.

Keine Ahnung aber die anderen informieren wollen.

pappi

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [NW5a](#) on Sun, 07 Nov 2010 13:40:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey,

der Regenbogen hat viele Farben und Spectren. Es gibt keine Norm bei der Übersäuerung. Natürlich regelt sich der Körper, aber um alles in der Norm zu halten, wird eben "woanders" etwas entzogen. Daher glaube ich schon, daß eine latente Übersäuerung ein Trigger sein könnte. Bedenkt bitte, daß ihr dies alleine durch eure Ernährung beeinflussen könnt. Ich selbst nehme Bicanorm, magenresistent, da die Säuren im Magen benötigt werden. Um unsere Vitalstoffe aufzuspalten, brauchen wir im Darm ein basisches Milieu. Ist dieses nicht gegeben, Vitalstoffmangel

Streß, negative Grundeinstellung usw, sollen auch zur "Übersäuerung" beitragen. Also wie heißt es so schön ? Du bist was du ißt und denkst Verzichtet mal auf Kohlenhydrate on mass, Kaffee, Alkohol für ein paar Wochen !

Das die Ph Teststreifen sauer sind, ist auch in Ordnung. Die Säuren müssen ja auch raus. Wehe dem, die Nieren machen dicht und dann ?

Gruß

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 07 Nov 2010 21:32:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe diesen Übersäuerungs-Test mittels PH-Teststreifen 2 Tage gemacht und das Ergebnis: TOP Werte!

Ich hatte in der Früh saure PH-Werte mit 5,9 und tagsüber sogar sehr basisch bis 8,0. Ein Heilpraktiker hat meine Werte begutachtet.

Das ist das Ergebnis von 6 Jahren regelmäßiger Einnahme von kolloidalen Mineralien!

Meine Ernährung habe ich nicht umgestellt.

Meine AGA ist seit 6 Jahren gestoppt.

Neuwuchs fehlt mir noch, aber wie ihr wisst, ist das äußerst schwer.

Bei so einer aggressiven Alopezie wie ich sie habe, ist ein HA-Stopp schon absolute Weltklasse.

Die Ursache von AGA ist meiner Meinung nach eindeutig eine Übersäuerung. DHT hat damit gar nichts zutun. Nur weil der Haarausfall weg geht, wenn man DHT stark reduziert, ist das noch lange kein Beweis dafür, dass DHT die Ursache ist!

Beispiel Akne: Auch hier geht Akne weg, wenn man Androgene durch Östrogene ersetzt (Stichwort Pille).

Alternativ kann man aber auch die Ursache der Akne beheben (entgiften, Milben abtöten, Darm sanieren etc.) und die Akne geht genauso weg- TROTZ der Androgene!

Genauso ist es auch beim Haarausfall.

Die Hormone sind einfach nur ein ideales Millieu, aber nicht die Ursache.

Dass einige die Übersäuerungs-Theorie erfolglos ausprobiert haben, lag daran, dass sie keine kolloidalen bzw. chelatierten Mineralien genommen haben. Anorganische Mineralien wie Bullrichs und wie sie alle heißen kann der Körper fast gar nicht verwerten.

Und die organischen die in Lebensmitteln enthalten sind helfen zwar, aber wer ernährt sich den ganzen Tag von Obst und Gemüse? Wir essen viele Säurebildner, viel Kaffee u.s.w.

und um das alles auszugleichen brauchen wir massenweise Mineralien-BOMBEN. Bei unserer

modereren Ernährung reichen die Mineralien aus den 2 Äpfeln am Tag leider nicht. Und Frauen haben deshalb mit AGA viel weniger zu kämpfen, weil sie 1.) weniger DHT haben und 2.) durch ihre monatlichen Perioden ihre Säuren ausscheiden können. Männer können das nicht. Der Körper darf niemals übersäuern, weil er sonst sterben würde. Für solche Puffer-Aktivitäten braucht der Körper Mineralien. Und die liegen im Haarboden.

Bei chronischer Übersäuerung sind die Mineralien erschöpft und die Haare gehen aus.

Warum die Haare ausgerechnet an Geheimratsecken und Tonsur ausgehen ist noch ungeklärt.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [HirschGeweih](#) on Sun, 07 Nov 2010 22:27:16 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

da zurzeit wieder interesse an der übersäuerung herrscht, ein guter artikel von früher über dieses thema: http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/181775/#msg_181775

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [jpo03](#) on Tue, 09 Nov 2010 13:48:29 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok, und wieso sind dann trotzdem nicht alle männer von der übersäuerung betroffen und haben volles haar, obwohl sie sich wahrscheinlich auch nicht gerade gesund ernähren?

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 09 Nov 2010 14:53:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

jpo03 schrieb am Tue, 09 November 2010 14:48Ok, und wieso sind dann trotzdem nicht alle männer von der übersäuerung betroffen und haben volles haar, obwohl sie sich wahrscheinlich auch nicht gerade gesund ernähren?

Weil nur die erblich bedingte Veranlagung in Verbindung mit einer Übersäuerung zu AGA führt.

Warum bekommt nicht jeder Übersäuerte Kopfschmerzen?

Früher als ich so um die 15 war, war ich extrem übersäuert. Ich ernährte mich nur von Süßigkeiten (mehr oder weniger). Kopfschmerzen hatte ich aber nie.

Andere leiden aufgrund ihrer Übersäuerung jedoch ständig unter Kopfschmerzen.

Das ist alles erblich bedingt.

Wer jedoch die AGA-Gene in sich trägt, der braucht die organischen Mineralien, um den Haarausfall nicht ausbrechen zu lassen.

Wie kommt man eigentlich auf die Idee, dass es immer nur EINE Ursache geben muss?

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [Jak23](#) on Tue, 09 Nov 2010 15:05:03 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HirschGeweih schrieb am Sun, 07 November 2010 23:27da zurzeit wieder interesse an der übersäuerung herrscht, ein guter artikel von früher über dieses thema:
http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/181775/#msg_181775

Kann mal jemand die Quintessenz dieses Artikels in 1-2 Sätzen wiedergeben? Ich, als nicht Lebensmittelchemiker, verstehe hier nämlich nur Bahnhof.

Oder habe ich das richtig verstanden:

Getreideprodukte sollen also gar keine Säurebildner sein, wie die Heilpraktiker immer behaupten, sondern vielmehr entsäuernd wirken.???

Und ein niedrigerer PH-Wert vom Urin ist auch eher positiv als negativ zu werten, da es ein Indiz dafür sein kann das überschüssige Säuren aus dem Körper ausgeschieden werden.???

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [HirschGeweih](#) on Tue, 09 Nov 2010 19:11:34 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jak23 schrieb am Tue, 09 November 2010 16:05HirschGeweih schrieb am Sun, 07 November 2010 23:27da zurzeit wieder interesse an der übersäuerung herrscht, ein guter artikel von früher über dieses thema: http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/181775/#msg_181775

Kann mal jemand die Quintessenz dieses Artikels in 1-2 Sätzen wiedergeben? Ich, als nicht Lebensmittelchemiker, verstehe hier nämlich nur Bahnhof.

Oder habe ich das richtig verstanden:

Getreideprodukte sollen also gar keine Säurebildner sein, wie die Heilpraktiker immer behaupten, sondern vielmehr entsäuernd wirken.???

Und ein niedrigerer PH-Wert vom Urin ist auch eher positiv als negativ zu werten, da es ein Indiz dafür sein kann das überschüssige Säuren aus dem Körper ausgeschieden werden.???

getreide nicht, aus dem einfachen grund weil es viel kalium enthält auch stark um kalium geht es

in dem artikel. In dem artikel gehts in erster linie um: Intra und extrazelluläre(ausser oder innerhalb des zellraums) übersäuerung im körper. Es wird auch gesagt das oftmals leute mit wunderbar basischen harnwerten auch oft übersäuert sein können. Weil sie die säure eher im körper behalten anstatt wenn sie eher aussen lagert sie abbauen zu können, und oftmals haben entsäuerte leute deswegen einen sauren harnwert weil sie eben vermehrt säure auch natürlich ausscheiden. Angeblich übernimmt kalium die rolle in diesem prozess indem es eben vor allen der intrazellulären, also der innere, übersäuerung entgegenwirkt. Desweiteren gabs von dem gleichen user einen artikel das die gabe von kalium bicarbonat die kalziumausscheidung um 50% verringerte, demnach währe kalium ebenfalls ein wichtiger baustein bei osteoporose. Ist eventuell nicht alles aber ich müsste mir den artikel selber nochmal durchlesen dazu. Aber im kern ging es vor allem darum.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 09 Nov 2010 19:41:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Einfach und kurz erklärt- so schaut ein gesunder PH-Wert des Urins aus:

Morgens: sauer (6.0 z.B.)
dann tagsüber schwankend, mal 7.0, mal 8.0, mal 6.2 u.s.w.

Alle Abweichungen davon sind Zeichen einer Übersäuerung.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [cookie](#) on Tue, 09 Nov 2010 23:10:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

norwood 2008 stell doch bitte dein geniales bild mit deiner super geilen frisur in dein avatar

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [dani1993](#) on Sun, 02 Jan 2011 12:47:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich suche das Vicopura basisches Shampoo , ich weiß aber nicht wo man sowas im Handel kaufen kann, weißt das vllt jemand?

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [cookie](#) on Mon, 03 Jan 2011 07:49:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 09 November 2010 20:41 Einfach und kurz erklärt- so schaut ein gesunder PH-Wert des Urins aus:

Morgens: sauer (6.0 z.B.)
dann tagsüber schwankend, mal 7.0, mal 8.0, mal 6.2 u.s.w.

Alle Abweichungen davon sind Zeichen einer Übersäuerung.

Eine Abweichung von schwankend ist ein Zeichen von Übersäuerung?

Klingt ja ganz logisch.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [pippo24](#) on Mon, 03 Jan 2011 09:18:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

An der Übersäuerung ist nix dran.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [cookie](#) on Mon, 03 Jan 2011 09:30:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pippo24 schrieb am Mon, 03 January 2011 10:18An der Übersäuerung ist nix dran.

Vielen Dank für die nützliche Info.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [HirschGeweih](#) on Fri, 07 Jan 2011 20:50:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

cookie schrieb am Mon, 03 January 2011 10:30pippo24 schrieb am Mon, 03 January 2011 10:18An der Übersäuerung ist nix dran.

Vielen Dank für die nützliche Info.

am säuren base haushalt ist was dran, allein chemisch betrachtet verändert der ph wert einige reaktionen, auch im menschen. Menschen bestehen schliesslich auch aus bestimmten stoffen,

sehr einfache stoffe im prinzip auch wenn viele menschen das nicht wahrhaben wollen

Auch in anderen organismen spielt der PH wert eine entscheidene rolle, z.b. bei muscheln die einen basischen ph wert brauchen um kalk bilden zu können um sich überhaupt schützen zu können.

Die frage bleibt aber: was bewirkt der säure basen haushalt grundsätzlich bei uns menschen? Und das schlimmste, ausserdem: welche nahrungsmittel sind denn jetzt wirklich sauer oder basisch? es gibt zum teil große widersprüche, ein gutes beispiel, z.b. kaffee, der eine sagte sauer, der andere basisch.

Meine meinung dazu: Diese ganze forschung steckt noch in den kinderschuhen. Bis es mehr ergebnisse dazu gibt bleibt die sache äusserst zweifelhaft, und alle die das blind anpreißen sind naiv oder dumm.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 16 Jan 2011 15:10:35 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HirschGeweih schrieb am Fri, 07 January 2011 21:50cookie schrieb am Mon, 03 January 2011 10:30pippo24 schrieb am Mon, 03 January 2011 10:18An der Übersäuerung ist nix dran.

Vielen Dank für die nützliche Info.

am säuren base haushalt ist was dran, allein chemisch betrachtet verändert der ph wert einige reaktionen, auch im menschen. Menschen bestehen schliesslich auch aus bestimmten stoffen, sehr einfache stoffe im prinzip auch wenn viele menschen das nicht wahrhaben wollen

Auch in anderen organismen spielt der PH wert eine entscheidene rolle, z.b. bei muscheln die einen basischen ph wert brauchen um kalk bilden zu können um sich überhaupt schützen zu können.

Die frage bleibt aber: was bewirkt der säure basen haushalt grundsätzlich bei uns menschen? Und das schlimmste, ausserdem: welche nahrungsmittel sind denn jetzt wirklich sauer oder basisch? es gibt zum teil große widersprüche, ein gutes beispiel, z.b. kaffee, der eine sagte sauer, der andere basisch.

Meine meinung dazu: Diese ganze forschung steckt noch in den kinderschuhen. Bis es mehr ergebnisse dazu gibt bleibt die sache äusserst zweifelhaft, und alle die das blind anpreißen sind naiv oder dumm.

Deshalb halte ich auch nichts von diesen Ernährungs-Tabellen.

Man sollte das essen was einem schmeckt.

Und dazu ausreichend Mineralien. Denn diese gelten als wissenschaftlich bewiesen, dass sie

wirklich stark BASISCH wirken.

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [mehr Haare 2012](#) on Sun, 21 Aug 2011 15:36:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das Shampoo gibt es bei Zentrum der Gesundheit.

Bin jetzt von Alpecin auf Vicopura basisches Shampoo umgestiegen.
Ist aber fast schon zu teuer.

In der Apotheke haben die auch basisches Shampoo die sind etwas günstiger.

Meiner Ansicht nach fühlen sich die Haare wirklich viel gesünder an.
Aber vom nachwachsen konnte ich bislang garnichts feststellen leider leider leider

Subject: Aw: Tipps gegen Übersäuerung
Posted by [Mischiman](#) on Mon, 29 Aug 2011 21:36:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Moin Forum,

dies hier ist mein erster Post in diesem Forum.

Ich war mal übersäuert. Habe es gar nicht gemerkt. Hatte zu der Zeit viel körperlichen und seelischen Stress. Bin nachts oft aufgewacht und war immer Klatsch!-Nass das heißt das Bett war so nass, dass ich dort nicht mehr schlafen konnte.

Und gestunken hat es für mich auch ekelhaft.

Meine Frau kam dann auf die Idee mit den pH-Mess-Streifen aus der Apo, total sauer war ich. Nach 5 Tagen Basen-Mischung war ich wieder im grünen Bereich und der Nachtschweiß war weg.

Und auch pH-mäßig war wieder alles im grünen Bereich.

Soll also bloß keiner sagen, Übersäuerung gibt es nicht.

Viele Grüße

Mischiman
