
Subject: Liegt vielleicht eine Übersäuerung vor?

Posted by [Keykey](#) on Sat, 14 Oct 2006 15:02:34 GMT

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

So, da bin ich wieder. Nochmal: Ich leide unter starkem Haarausfall (ca 200 oder mehr pro Tag) Ich habe mir auf einen Hinweis von meinem Arzt hin eine Rolle PH-Messstreifen geholt. Damit soll ich den PH-Wert im Urin messen. Mein Arzt meint, dass er durchschnittlich größer oder gleich 6,5 sein muss. Alles, was darunter ist, wäre kritisch und könnte eventuell zu einem Haarausfall führen.

Obwohl es schon fast sicher ist, dass es bei mir vererbt wurde, wollte ich doch nicht aufgeben.

Ich habe jetzt jeden Tag drei mal gemessen und kamm an jedem Tag fast auf die gleichen Werte: morgens nach dem Aufstehen: 5 bis 6

mittags 7 bis 8

abends: 7 bis 8

Normalerweise müsste doch der PH-Wert über Nacht BESSER werden, oder nicht?

Schließlich regelt der Körper den PH-Wert gerade im Schlaf besonders gut. Jetzt wollte ich euch mal fragen, ob diese Werte überhaupt normal sind, weil der Wert im Laufe des Tages ja besser wird (anstatt schlechter wie üblich). Vielleicht wird das Ergebniss ja auch verfälscht (z.B. durch Nahrung oder so).

Danke für eure Antworten

Subject: Re: Liegt vielleicht eine Übersäuerung vor?

Posted by [tvtotalfan](#) on Sat, 14 Oct 2006 17:05:39 GMT

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

diese Werte sind absolut normal, hab das auch mal ne Zeitlang gemacht.

Morgens ist der Urin fast grundsätzlich immer im sauren Bereich und Abends eher im höheren Bereich.

File Attachments

1) [Nahrungsmitteltabelle.pdf](#), downloaded 206 times

Subject: Re: Liegt vielleicht eine Übersäuerung vor?

Posted by [Masterkey](#) on Mon, 16 Oct 2006 15:20:34 GMT

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

coole Tabelle TvTotal ? Hast du ein Linki davon ?

Muß ich meiner Mutti mal zeigen
