Säure-Basen-Gleichgewicht

Messtabelle „Harn-pH-Werte“

Mit diesem „Journal“ können tendenzielle Veränderungen der Harn-pH-Werte im Verlauf von Wochen oder Monaten besser festgestellt und erfasst werden.
Notieren Sie als Kommentare zu den Messungen beispielsweise Stress, viel Kaffee und Alkohol, starke körperliche Anstrengungen, üppige Mahlzeiten usw. (Die ersten drei Zeilen der Tabelle dienen als Vorlage für Ihre Eintragungen.)

Datum	Frühstück	Mittagessen	Abendessen	Bemerkungen
03. März	7,5	7,0	6,5	wenig geschlafen
04. März	6,0	7,0	6,5	ganzen Tag Wohnung geputzt
05. März	5,5	5,5	7,5	.....

Wir betreuen Sie gerne!

natur.heilkunde ▪ arznei.mittel

KAMILLEN APOTHEKE

Mag. pharm. Wolfgang Danhel e.U.
Mittertreffling ▪ Wagnerweg 2 ▪ 4209 Engerwitzdorf ▪ Tel. 07235/50777, Fax DW 20
naturarznei@kamillen-apotheke.at ▪ **www.kamillen-apotheke.at**