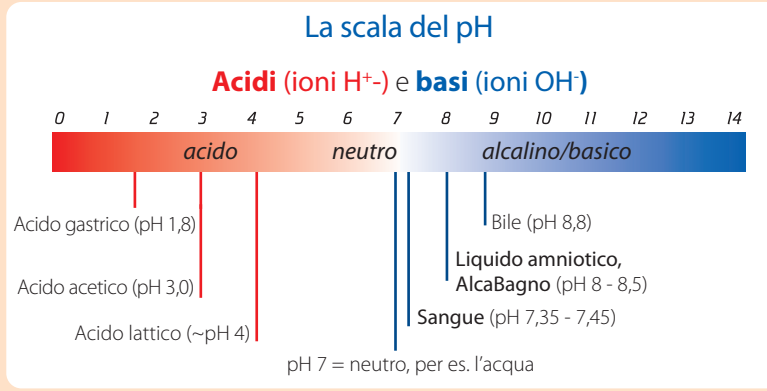


## Da sapersi a riguardo della misurazione dell'urina

### Cosa significa acido, basico o neutro?

pH è l'abbreviazione di potentia hydrogeni, la forza dell'idrogeno. Per valore pH si intende il grado di diluizione degli ioni liberi di idrogeno, che è il portatore degli acidi, in un liquido.



All'interno di una scala da 0 a 14, il valore del pH esprime, come "logaritmo negativo decadico", le più diverse concentrazioni di acidità dei liquidi. Questo significa che più alto è il valore del pH, meno sono gli acidi contenuti; inoltre le modifiche della concentrazione di acidità vengono calcolate con il "fattore 10". Quindi se il valore del pH sale di un punto, per es. da pH 6 a pH 7, vi saranno contenuti solo il 10% degli acidi. Se il pH scende di un punto, il valore acido aumenta di 10 volte. Se scende di due punti, il grado di acidità si centuplica.

### Come si può determinare il valore del pH?

Un modo semplice per determinare il valore del pH è quello di utilizzare le strisciole reattive, che vengono immerse nel liquido da misurare. Esse modificano il loro colore in modo corrispondente al valore acido o basico del pH del liquido misurato. Con le apposite cartine reattive, disponibili presso la nostra ditta, si possono misurare sia i valori acidi del pH dell'urina, che i valori basici del pH dell'acqua per il bagno.

### Determinazione del grado di acidità dell'urina

Tenere la cartina reattiva per breve tempo nel getto di urina nel momento centrale dell'evacuazione: ciò significa che si dovrà attendere di aver fatto uscire una piccola quantità di urina prima di posizionare la cartina. A seconda del valore del pH, la cartina assumerà una colorazione corrispondente. La colorazione andrà subito

confrontata con la scala cromatica stampata nella confezione. Si leggerà quindi il valore pH dell'intensità cromatica più vicina a quella della cartina reattiva utilizzata per la misurazione e si inserirà quindi il valore rilevato nel protocollo della misurazione dell'urina. Questi valori indicheranno il profilo personale giornaliero. Per trarre indicazioni attendibili occorre compilare il profilo giornaliero per 3-5 giorni consecutivi.

### La "curva sana"

Nell'organismo circolano continuamente acidi, come ad es. l'acido carbonico, l'acido lattico e urico, che provengono dalla respirazione, dal metabolismo e decadimento cellulare. Per questo è naturale che l'urina del mattino sia quella più acida della giornata, dal momento che i reni filtrano durante l'intera notte molti acidi del sangue.

Circa due ore dopo la colazione tutti i successivi valori del pH dovrebbero essere superiori ad un pH 6, poiché mediante i pasti, le sostanze basiche disciolte raggiungono il sangue. Il Prof. Friedrich Sander parla di flussi basici, seguiti da reflussi basici, che, nella loro intensità e momento di comparsa nell'arco della giornata, dipendono dai tre pasti che consumiamo.

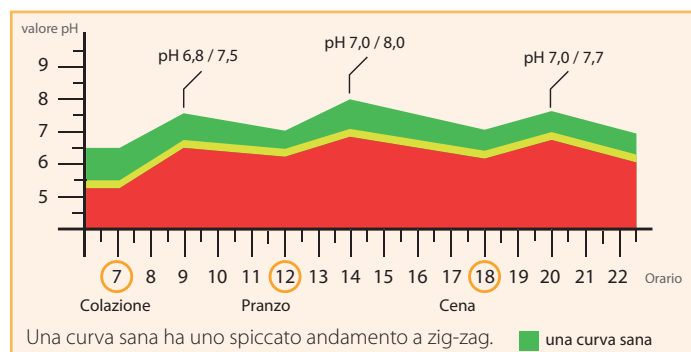
Con l'inizio dell'assunzione di alimenti, le cellule della parete dello stomaco producono più acido cloridrico e parallelamente bicarbonato di sodio, che è basico. L'acido cloridrico raggiunge lo stomaco al fine di contribuire alla digestione degli alimenti. Il bicarbonato di sodio passa nel sangue e vi sviluppa un flusso salutare di alcalinità.

L'intensità dei flussi alcalini può essere rafforzata tramite l'assunzione di alimenti ricchi di sostanze vitali ed alimenti fortemente alcalinizzanti. Al contrario viene ridotta mediante un'alimentazione fortemente acidificante. Anche mediante l'affaticamento corporeo e psichico sorgono acidi nell'organismo, che indeboliscono i flussi alcalini corporei.

Una curva giornaliera sana dovrebbe mostrare un andamento a zig-zag, una dinamica vivace, che mostri chiaramente i flussi basici. In queste fasi, con l'aiuto delle sostanze basiche, l'organismo ha la possibilità di liberarsi dagli acidi e di ristabilire le proprie riserve basiche, per es. nella pelle e nei capelli, denti, ossa e articolazioni.

Se la curva giornaliera è invece molto piatta e/o i valori si trovano per lo più tutti nell'ambito acido, allora siamo di fronte a tipiche indicazioni di un'iper-acidosi, nella quale i flussi basici non riescono più ad esplicare il proprio effetto benefico a sostegno della salute.

Segue sul retro





# Protocollo alimentare per la misurazione dell'urina

Nome: \_\_\_\_\_

Consigliamo di assumere 3 pasti al giorno, seguendo le vostre abitudini.

Data: \_\_\_\_\_

Colazione: \_\_\_\_\_

Pranzo: \_\_\_\_\_

Cena: \_\_\_\_\_

Bevande: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Colazione: \_\_\_\_\_

Pranzo: \_\_\_\_\_

Cena: \_\_\_\_\_

Bevande: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Colazione: \_\_\_\_\_

Pranzo: \_\_\_\_\_

Cena: \_\_\_\_\_

Bevande: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Colazione: \_\_\_\_\_

Pranzo: \_\_\_\_\_

Cena: \_\_\_\_\_

Bevande: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

Colazione: \_\_\_\_\_

Pranzo: \_\_\_\_\_

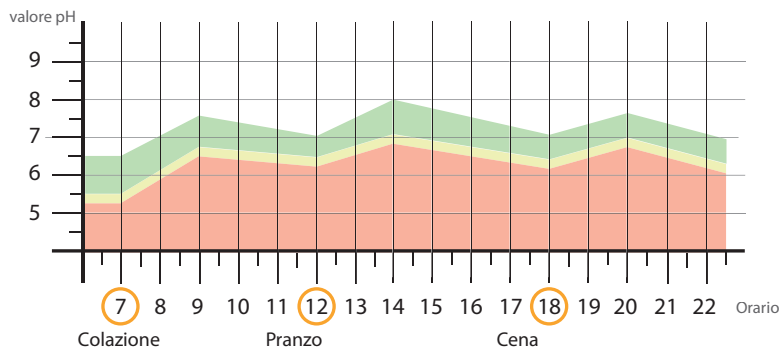
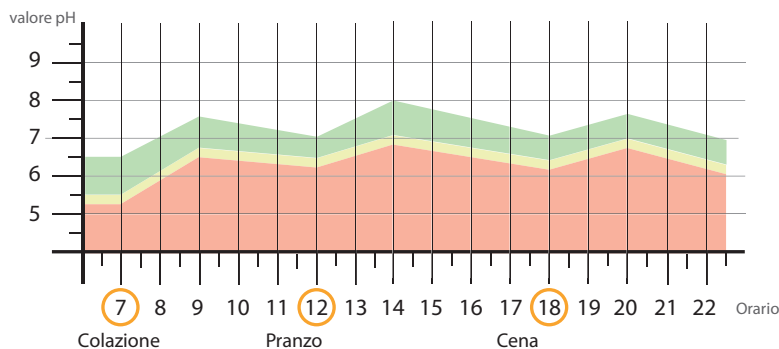
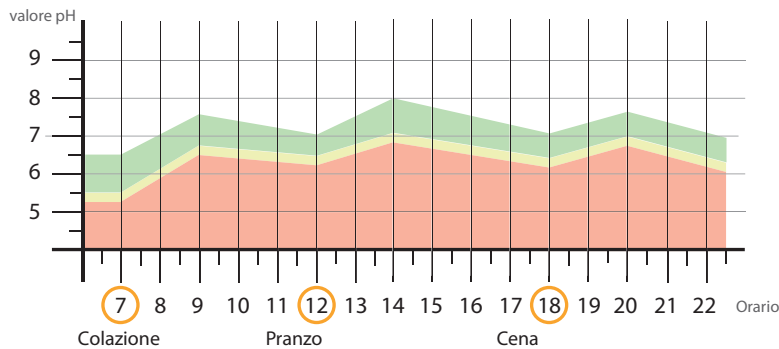
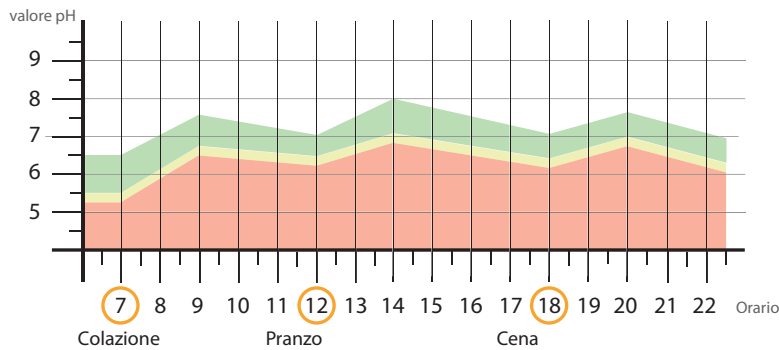
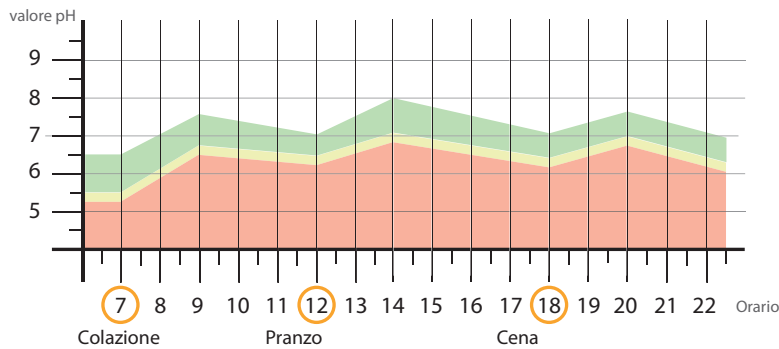
Cena: \_\_\_\_\_

Bevande: \_\_\_\_\_

# Scheda per il protocollo di misurazione dell'urina

Nome: \_\_\_\_\_

Almeno 5 misurazioni al giorno. È preferibile misurare tutte le urine e annotare le misurazioni.



## Indicazioni per l'esecuzione

Per ottenere valori del pH dell'urina attendibili riguardo all'attuale condizione del bilancio acido-basico, occorre osservare quanto segue:

1. Le misurazioni vanno effettuate per diversi giorni. Occorre misurare tutte le urine giornaliere.
2. Nei giorni in cui si effettuano le misurazioni si possono assumere solo tre pasti giornalieri, per esempio alle 7:00, alle 12:00 e alle 18:00. In questi giorni la vostra alimentazione dovrà rispecchiare le vostre consuete abitudini alimentari e dovrete riportarla nel protocollo alimentare.
3. Dovreste evitare spuntini fra un pasto e l'altro. Falserebbero il risultato.
4. Vi preghiamo di bere circa 1-1,5 litri di acqua naturale non gassata nel corso della giornata.
5. Nei giorni di misurazione e nei giorni precedenti, perlomeno due, non assumete preparati a base di sostanze basiche, che falserebbero il bilancio acido-basico, neutralizzando per esempio gli acidi in sali non misurabili.
6. Non si dovrebbe assumere la tisana detossinante (solvente delle tossine) e non si dovrebbero praticare misure detossinanti con funzione simile: esse riattiverebbero gli acidi depositati, i quali a loro volta peserebbero sul valore del pH.
7. Non si dovrebbero praticare trattamenti basici, dal momento che essi attiverrebbero l'espulsione degli acidi attraverso la pelle: questi acidi invece intendiamo misurarli attraverso l'urina.
8. La persona non deve soffrire di patologie renali.

### Attenzione

I reni sono organi emuntori. Un valore acido dell'urina non significa sommarariamente che l'organismo sia in iperacidosi, ma a tutta prima solamente che è avvenuta un'espulsione di acidi. E ciò può essere inizialmente interpretato come fatto positivo. I reni stanno adempiendo alla loro funzione. E soprattutto al mattino un'urina acida è del tutto fisiologica, e quindi salutare.

Valori molto acidi dell'urina (valori pH molto bassi) invece indicano che anche nell'organismo si trovano molti acidi, che non vengono tamponati e che il corpo non riesce quindi a neutralizzare. Ciò significa che mediante le cartine reattive è possibile misurare solo la parte di acidi non legati chimicamente che vengono espulsi dall'organismo.

In caso di valori di pH acido dell'urina, anche la capacità di tamponamento è ridotta, poiché in caso invece di buona capacità di tamponamento la maggior parte degli acidi viene legata, espulsa con un pH neutro e quindi non è riscontrabile nel test mediante le cartine reattive. La misurazione dell'urina fornisce quindi interessanti indicazioni sulla quantità di acidi attivi, che potrebbero a lungo andare sovraccaricare i reni, e anche sulla capacità presente o ridotta di tamponamento nell'ambito del bilancio acido-basico.

### Consiglio per sostenere l'organismo.

Se le misurazioni mattutine indicano spesso valori di elevata acidità dell'urina, si può dedurre che durante la notte sia fluito nell'organismo un elevato carico di acidi e tossine. Spesso le persone interessate soffrono di un sonno molto agitato. Soprattutto al mattino si svegliano estremamente presto e spesso in un bagno di sudore. Ciò significa che il bilancio acido-basico sta cercando di eliminare acidi servendosi della pelle come organo emuntorio, poiché è necessario che soprattutto il sangue mantenga in ogni caso un valore di pH tra 7,35 e 7,45: solo in questo ambito alcalino il sangue è in grado di svolgere le sue numerose funzioni, circolare e fluire in modo corretto.

Una consigliabile riduzione del sovraccarico notturno di acidi è ottenibile mediante una cena ricca di sostanze vitali e

fortemente alcalinizzanti, per es. verdura cotte o zuppa di verdura, e mediante l'assunzione serale di 1-2 cucchiaini di AlcaVita, in combinazione con applicazioni basiche mirate nel pomeriggio o di sera, per es. pediluvii basici, bagni basici completi, CalzeBasiche, ManicottiBasici per gambe e/o braccia, da indossare di sera e anche di notte.



Pediluvio con sale basico minerale per la cura del corpo  
AlcaBagno

Anche in caso di presenza di valori acidi dell'urina non solo mattutini ma anche registrati nel corso della giornata, è possibile ridurre al minimo sia l'assunzione che la formazione di acidi nell'organismo per mezzo di un'alimentazione fortemente alcalinizzante. In tal modo si innalza anche la capacità di tamponamento degli acidi. La cura basica del corpo libera in prima linea la pelle dal sovraccarico di acidi, e con un uso prolungato nel tempo anche l'intero organismo. Inoltre si migliora la capacità tampone del metabolismo acido-basico e degli organi coinvolti. In particolar modo risultano alleviati la linfa e i reni. Nel corso del tempo anche il valore pH dell'urina mostrerà una maggiore alcalinità grazie a queste contromisure.

### Misurazione dell'acqua per il bagno

Per misurare l'acqua per il bagno è possibile misurare il valore pH dell'acqua mediante le cartine reattive, sia prima che dopo il bagno. Aggiungendo 3 cucchiaini di sale AlcaBagno, si ottiene un valore pH 8-8,5 a seconda del grado di durezza dell'acqua.

Dopo un bagno completo della durata di un'ora, il valore pH è di solito calato ad un pH 7,5. Ciò significa che l'acqua della vostra vasca è 10 volte più acida di prima. Gli acidi presenti ora nell'acqua sono stati espulsi dal vostro corpo. L'organismo non deve più metabolizzarli: ciò significa che la cura basica del corpo vi protegge dalla de-mineralizzazione. Inoltre gli acidi espulsi contribuiscono a ridurre gli acidi

che si depositano nell'organismo: quindi la cura basica del corpo protegge anche dal deposito di scorie. La cura basica del corpo è una "sorgente di giovinezza" – un anti-aging naturale.

Terapeuti specializzati sono in grado di offrire dettagliate metodologie di analisi, al fine di determinare in modo preciso lo stato di iper-acidosi dell'organismo.

### Test Jörgensen

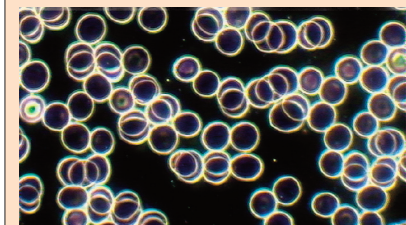
La titolazione del sangue venoso offre un'analisi efficiente e completa del bilancio acido-basico. Essa comprende l'analisi di tutti i sistemi tampone del plasma e degli eritrociti.

### Analisi del "terreno" secondo il Prof. Vincent

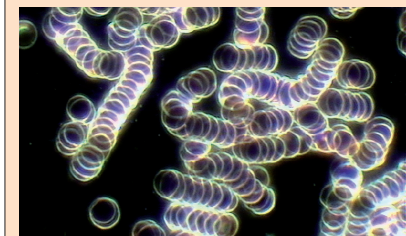
L'analisi biologica del terreno è un metodo di misurazione fisico e biochimico, che può essere applicato nella diagnosi precoce della malattia. Essa scopre per esempio il deviamiento dell'equilibrio acido-basico, mediante l'analisi del sangue, della saliva e dell'urina.

### Microscopia in campo oscuro

Mediante questa procedura diagnostica viene prelevata una goccia di sangue dalla punta del dito: essa viene immediatamente osservata e valutata al microscopio in campo oscuro. Si possono osservare diversi fenomeni, che permettono di trarre delle conclusioni riguardo a diverse patologie. Anche le tendenze verso certe malattie possono essere riconosciute in anticipo.



Sangue sano: eritrociti liberi, buona distribuzione



Sangue in iper-acidosi: tipica formazione detta "rotoli di monete", gli eritrociti si bloccano a vicenda.