

Controllo dell'acidità tissutale

Short Report

Dott.ssa Stefania Papini

Per controllare lo stadio della propria acidità tissutale esiste un metodo pratico e semplice: il test dell'urina. Alcuni lavori hanno permesso di definire il pH urinario i cui valori normali sono compresi tra 7 e 7,5. Per determinare con esattezza il pH delle urine occorre testare la seconda urina del mattino prima di colazione, il secondo test va eseguito prima di pranzo e il terzo prima di cena con una cartina reattiva, si fa poi la media matematica dei tre valori. Raccogliendo un po' di urina in un recipiente pulito ed asciutto, si bagna lo stick e si legge immediatamente il valore facendo riferimento alla scala colorimetrica. Un unico controllo non è sufficiente per una adeguata valutazione ma dovrà avvenire attraverso i valori di pH raccolti tre volte al dì per 6-10 giorni.

La prima urina del mattino non deve essere testata per la valutazione del terreno, in quanto durante la notte il

mesenchima, per effetto di una idrolisi infiammatoria, libera gli acidi grassi nella circolazione per essere veicolati e vengono veicolati nei reni attraverso le urine ed è quindi fisiologicamente acida.

Materiale e metodi

Fra i materiali utilizzati per il nostro studio si hanno:

Basenpulver®: polvere alcalinizzante composta da carbonato di calcio, bicarbonato di sodio, carbonato di magnesio, fosfato bisodico, bicarbonato di potassio.

Dieta: alimentazione ricca di alimenti alcalinizzanti, che sono principalmente di origine vegetale (frutta e verdura).

Cartine tornasole: con presenza di scala colorimetrica per il monitoraggio del pH urinario.

Parte sperimentale

63 pazienti sottoposti al test dell'urina (età compresa fra 15 e 65 anni).

60 di questi presentavano, dopo 10 giorni di test, acidosi urinaria di cui 45 avevano valori compresi tra 6,4 e 6,9, e 15 presentavano valori addirittura inferiori.

A tutti è stato prescritto Basenpulver® più una dieta alcalinizzante. La posologia della polvere in questione è stata adattata ad personam (variando da gr 5 prima di colazione fino ad arrivare a 15 grammi del prodotto suddivisi in tre razioni giornaliere, sempre prima dei pasti). dopo ogni 15 giorni di terapia e dieta si effettuava un nuovo test per un solo giorno e si modifica la posologia del prodotto quando è necessario. Dopo 6 mesi il 30% dei pazienti ha potuto sospendere Basenpulver® e la restante parte ha ridotto la posologia a 5 grammi al giorno. La scomparsa dei sintomi è risultata pressoché unanime. ■