

## **Misurazione del acidità del corpo tramite misurazione acidità della urina**

### **1.A. Misurare la PH del corpo tramite gli "stick" di misurazione della PH (nella farmacia) alla urina per 10 giorni:**

#### **1 volta misurare alla mattina al digiuno e 1 volta misurare 2 ore dopo un buon pranzo o cena (non un sandwich)**

Scrivete questi valori su un foglio. Continuate così per 10 giorni.

Dopo 10 giorni portate il foglio con i dati al suo terapeuta per il controllo.

Valori normale sono. Al digiuno: 5, e 2 ore dopo un buon pasto di pranzo: oltre 6 ( 6 o di più), e 2 ore dopo un buon pasto di cena: oltre 7 ( 7 o di più). Per avere un informazione causale, in più scrivere che cosa mangia ai pasti, e come stata preparata.

### **DIMINUIRE L'ACIDITA DEL CORPO**

**A.** In prima linea responsabile per la PH del corpo e quello che si mangia. Non è qui il punto per approfondire questa tema.

In ogni caso non si deve mangiare: zucchero bianco o prodotti con zucchero dentro, tutto ciò che è fatto con farina bianca, carne maiale, e si deve sopprimere il caffè.

In secondo linea si deve bere abbastanza **acqua**: al giorno: almeno 2 litri.

(attenzione, intendiamo unicamente acqua, non contano le altre bevande).

In terzo linea si deve mantenere un attività fisica sportiva, 2-3 volte alla settimana.

### **B. Per diminuire la acidità del corpo poi si può fare:**

Bere acqua distillata per 2 settimane. (da comprare in farmacia o far bollire prima del uso).

Consigliamo attivamente il bere d'acqua ionizzata al di fuori dei pasti. Ionizzatori vendiamo nello studio, oppure potete ordinare sul seguente sito:

<https://www.schoenmaker.sanuslife.com>

- **consumare minerali tramite:**

-**"Polvere di Corallo" (Calcio ionizzato) "Korallen-Pulver" specialmente quando c'è mancanza di calcio**

+**"Basengranulat" (= erbe basici) + "Basentee" (= 49 erbe per depurare) + "Basenbad" (= Sali basici per Bagno)+**

+ **Bevanda Basico (minerali basici + Pottasio)** (da Biocasa SA; Via Emmaus 1, 6616 Losone; 091 792 10 11\* [losone@biocasa.ch](mailto:losone@biocasa.ch) )

-Bere succhi di verdure, specialmente le patate, e i cavoli (barbietole, broccoli, etc.)

-Fare bagni totali con 3-4 cucchiaini da minestra, di sodio-bicarbonato.

-chlorella (3-6 pastiglie al giorno)

-spirulina (3-6- pastiglie al giorno)

-Alga bruna con laminaria ( 4 pastiglie al giorno)

-Wurzelkraft (2 cucchiaini da te al giorno)

-"te dipurativa" + "te per cellulite" (da Biocasa SA; Via Emmaus 1, 6616 Losone; 091 792 10 11\* [losone@biocasa.ch](mailto:losone@biocasa.ch) )

-Silicio

-POP; poudre d'Huitres Portugaises sauvages; Laboratoires I.T.C.; 17, Rue du colisée; F-75008 Paris; Tel:+33-1-45.63.6678; Fax: +33-1-42.25.18.02