

## MISURAZIONE DEL pH URINARIO

Giorni	2 <sup>a</sup> urina mattino	prima di pranzo	prima di cena
giorno 1			
giorno 2			
giorno 3			
giorno 4			
giorno 5			
giorno 6			
giorno 7			
giorno 8			
giorno 9			
giorno 10			
giorno 11			
giorno 12			
giorno 13			
giorno 14			
giorno 15			

*Si controlla la seconda urina del mattino, quella prima di pranzo e prima di cena. Il pH ideale è di 7,2. È accettabile ogni valore superiore a 6,5. Per la eventuale correzione dell'acidità stare alle prescrizioni del terapeuta.  
Cibo è salute*

## MISURAZIONE DEL pH URINARIO

Giorni	2 <sup>a</sup> urina mattino	prima di pranzo	prima di cena
giorno 1			
giorno 2			
giorno 3			
giorno 4			
giorno 5			
giorno 6			
giorno 7			
giorno 8			
giorno 9			
giorno 10			
giorno 11			
giorno 12			
giorno 13			
giorno 14			
giorno 15			

*Si controlla la seconda urina del mattino, quella prima di pranzo e prima di cena. Il pH ideale è di 7,2. È accettabile ogni valore superiore a 6,5. Per la eventuale correzione dell'acidità stare alle prescrizioni del terapeuta.  
Cibo è salute*

## MISURAZIONE DEL pH URINARIO

Giorni	2 <sup>a</sup> urina mattino	prima di pranzo	prima di cena
giorno 1			
giorno 2			
giorno 3			
giorno 4			
giorno 5			
giorno 6			
giorno 7			
giorno 8			
giorno 9			
giorno 10			
giorno 11			
giorno 12			
giorno 13			
giorno 14			
giorno 15			

*Si controlla la seconda urina del mattino, quella prima di pranzo e prima di cena. Il pH ideale è di 7,2. È accettabile ogni valore superiore a 6,5. Per la eventuale correzione dell'acidità stare alle prescrizioni del terapeuta.  
Cibo è salute*

## MISURAZIONE DEL pH URINARIO

Giorni	2 <sup>a</sup> urina mattino	prima di pranzo	prima di cena
giorno 1			
giorno 2			
giorno 3			
giorno 4			
giorno 5			
giorno 6			
giorno 7			
giorno 8			
giorno 9			
giorno 10			
giorno 11			
giorno 12			
giorno 13			
giorno 14			
giorno 15			

*Si controlla la seconda urina del mattino, quella prima di pranzo e prima di cena. Il pH ideale è di 7,2. È accettabile ogni valore superiore a 6,5. Per la eventuale correzione dell'acidità stare alle prescrizioni del terapeuta.  
Cibo è salute*