

## Datenblatt für die pH Wert Messung des Säure-Basenhaushalts im Körper

Bitte miss Deinen pH-Wert 7 Tage lang 3 x am Tag (**morgens nach dem Aufstehen, 1½ Stunden nach dem Mittagessen und abends ca. 20.00 Uhr**)  
Nutze hierzu pH Teststreifen, welche Du in der Apotheke kaufen kannst:



Vorname, Name \_\_\_\_\_

Geb.: \_\_\_\_\_ Alter: \_\_\_\_\_ Größe: \_\_\_\_\_ Gewicht: \_\_\_\_\_

Männlich                       weiblich                       Sonstiges

Tag 1		Messung 1	Messung 2	Messung 3
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 2				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 3				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 4				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 5				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 6				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			
Tag 7				
Datum	Uhrzeit			
	pH-Wert			