

PÁ~EKYSELENĀ• ORGANISMU?

PĀjtek, 09 bĀ™ezen 2018

Dnes se do mé lékárny trousili lidé, kteĀ™í Ā¾ádají papírky k urĀ•ování kyselosti moĀ•i – pH. ChtĀ•jí je „na moĀ•“ - aby zjistili, zda nejsou pĀ™ekyseleni. Zdroje jejich pĀ™esvĀ•dĀ•ení o nadmĀ•rné kyselosti jejich organismu jsou rĀ•zné. A hlavnĀ• udržĀ•ení pĀ™esného pH krve otázkou Ā¾ivota Ā•i smrti (doslova!) TĀ•lo tedy musí nepĀ™etrĀ¾itĀ• a za k udržĀ•et pH v nepatrném rozptylu uvnitĀ™ tĀ•chto hraniĀ•ních hodnot, jinak umíráme.

Jedni vĀ•Ā™í internetu, druhým to Ā™ekly "Ā¾enský", tĀ™etí byli dokonce na jakési "pĀ™ednášce - pĀ™edvĀ•Ā• pĀ™ednášející demonstroval na moĀ•i dobrovolníkĀ• z publika, a prý 9 z 10 (!), jich pĀ™ekyselených bylo - dle pH moĀ•. TakĀ•e "na tom pĀ™eci musí nĀ•co být".

PĀ™iĀ•iny pĀ™ekyselení jsou podle nich "všeobecnĀ• známé" - stres, nezdravé potraviny, léky (= chemické jedy), celkové zneĀ•ištĀ•ní a devastace Ā¾ivotního prostĀ™edí, pĀ™ípadnĀ• celkové zanesení a intoxikace organismu z vý& uvedených pĀ™iĀ•in. SamozĀ™ejmĀ• je k dispozici spousta Ā•ajĀ• i potravinových doplĀ•kĀ• (aĀ• uĀ¾ z internetu nebo z lék které toto pĀ™ekyselení eliminují. Poprosil bych vás tedy o vyjádĀ™ení a názor k tomuto novému fenoménu, ohroĀ¾ujícím naše zdraví.

LĒKĀRNĪK

OdpovĀ• (JH):

VnitĀ™ní prostĀ™edí organismu je udržĀ•ováno na stále úrovni, vĀ•etnĀ• acidobazické rovnováhy (rovnováha kyselin a zásad), která se hodnotí podle množství vodíkových iontĀ•. Jeho hodnota (pH) je Ā™adou mechanismĀ• udržĀ•ována na stále hodnotĀ•, pH 7, pĀ™edevším vyluĀ•ováním kyselých nebo zásaditých látek do moĀ•i. ProtoĀ•e pĀ™ijímáme více kyselinotvorných látek v potravĀ•, je také vĀ•tšinou vyš ší odpad kyselin, nikoli vĀ•dy. Kyselá moĀ• je tedy normální situace a zjišĀ•ování kyselosti moĀ•i papírky a zejména vyvozování nĀ•jakých závĀ•rĀ• o zdraví Ā•lovĀ•k je nesmysl. Proto jsou zbyteĀ•né i všechny prostĀ™edky, které mají kyselost organismu sníĀ¾it. Dnes jde o módu, kterou podporují Ā•lánky na webu o nebezpeĀ•í "pĀ™ekyselení" a reklamy na uvedené „lĒĀ•iv“ prostĀ™edky. Pokud jde o skuteĀ•nou acidózu, tedy pĀ™ekyselení vnitĀ™ního prostĀ™edí (nikoli moĀ•i), nebo naopak alkalózu (zásaditost), skuteĀ•nĀ• o závaĀ¾ný pĀ™íznak nĀ•jaké váĀ¾nĀ•jší choroby, nikoli o následek pĀ™iĀ•in, které jsou uvádĀ•ny v rekl. Jsou to poruchy Ā•innosti ledvin, omezení dýchací plochy, rĀ•zné otravy a Ā™ada jiných stavĀ•, které však mají tak závaĀ¾né pĀ™íznaky, Ā•e umoĀ¾Ā•ují diagnózu i bez analýzy acidobazické rovnováhy, a samozĀ™ejmĀ• i bez prostého zjišĀ•ování kyselosti moĀ•i papírkem.

Být na Vašem místě, tak bych pacienty uklidnil a Ā™ekl jim, Ā•e se nemusejí o kyselost moĀ•e starat, pokud se zdravĀ•, a Ā•e za zbyteĀ•né papírky, Ā•ajĀ•ky nebo pilulky nemusejí utrácet. Pokud mají nĀ•jaké potíĀ•e, tak mají jít k lékaĀ• dĀ•lat vlastní diagnózu.

prof. JiĀ•í HEĀ•T