

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™etrĀ›itĀ› 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™ednášce;ející 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 něco být".

PĀ™iĀ›iny pĀ™ekyselení jsou podle nich "všobecnĀ› známé" - stres, nezdravé potraviny, léky (= chemické jedy), celkové zneĀ›išťování a devastace Ā¾ivotního prostředí, pĀ™ípadnĀ› celkové zanesení a intoxikace organismu z výše uvedených pĀ™iĀ›in. SamozĀ™ejmĀ› je k dispozici spousta Ā•ajĀ› i potravinových doplĀ›kĀ› (a Ā› uĀ› z internetu nebo z lék které toto pĀ™ekyselení eliminují. Poprosil bych vás tedy o vyjádĀ™ení a názor k tomuto novému fenoménu, ohroĀ›ujícím naše zdraví.

LĒKĀRNĪK

OdpovĀ›Ā• (JH):

VnitĀ™ní prostředí 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 stálé hodnotĀ›, pH 7, pĀ™edevšim vylučováním kyselých nebo zásaditých látek do moĀ•i. ProtoĀ›e pĀ™ijímáme více kyselinotvorných látek v potravĀ›, je také vĀ›tšinou vyšed;í odpad kyselin, nikoli vĀ›dy. Kyselá moĀ• je tedy normální situace a zjed;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 prostředí, které mají kyselost organismu sníĀ›it. Dnes jde o módu, kterou podporují Ā•lánky na webu o nebezpeĀ›í "pĀ™ekyselení" a reklamy na uvedené „léĀ•ivé“ prostředí. Pokud jde o skuteĀ›nou acidózu, tedy pĀ™ekyselení vnitĀ™ního prostředí (nikoli moĀ•i), nebo naopak alkalózu (zásaditost), skuteĀ›nĀ› o závažný pĀ™íznak nĀ›jaké vážnĀ›j choroby, nikoli o následek pĀ™iĀ›in, které jsou uvádĀ›ny v reklamĀ›. Jsou to poruchy Ā•innosti ledvin, omezení dýchací plochy, rĀ›zné otravy a Ā™ada jiných stavĀ›, které všed;ak mají tak závažné pĀ™íznaky, Ā›e umožĀ›ují diagnózu i bez analýzy acidobazické rovnováhy, a samozĀ™ejmĀ› i bez prostého zjed;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›lat vlastní diagnózu.

prof. JiĀ›í HEĀ›T