Fiche pour test du pH urinaire sur 15 jours

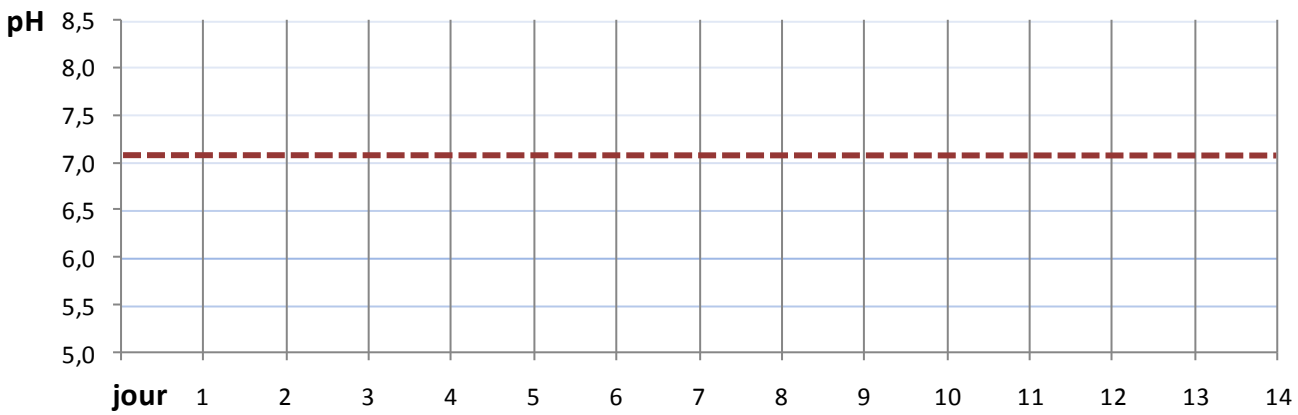
Prénom / Nom :

Effectuez un relevé de vos valeurs de pH urinaire, 3 fois par jour pendant 2 semaines environ. Les mesures doivent être effectuées :

- le matin, sur la deuxième urine,
- le midi avant le repas,
- le soir avant le repas.

Reportez les valeurs sur les tableaux ci-dessous et/ou sur la courbe (pour la courbe, vous pouvez utiliser des couleurs différentes pour le matin, le midi et le soir.

Résultats : une surcharge de l'organisme en déchets acides se traduit par des valeurs mesurées constamment ou souvent inférieures à pH 7.

date ➤ *heure* ➤	**Jour 1**	**Jour 2**	**Jour 3**	**Jour 4**	**Jour 5**	**Jour 6**	**Jour 7**
pH du matin							
pH du midi							
pH du soir							

date ➤ *heure* ➤	**Jour 8**	**Jour 9**	**Jour 10**	**Jour 11**	**Jour 12**	**Jour 13**	**Jour 14**
pH du matin							
pH du midi							
pH du soir