

Testanleitung: Säure-Basen-Test nach Sander

Zur Bestimmung einer latenten Übersäuerung führen einfache pH-Messungen nicht zum Ziel. Hierbei wird nämlich nur der aktuelle pH-Wert einer Urinprobe bestimmt, ohne Aussagen über die Aufnahmekapazität des Urins für Säuren oder Basen zu ermitteln. So kann die Pufferkapazität des Urins schon fast vollständig erschöpft sein, trotzdem werden normale pH-Werte gemessen. Auch bei normalen pH Messwerten kann es demnach sein, dass eine latente Übersäuerung vorliegt, wenn nämlich der Körper nicht in der Lage ist, mit der Nahrung anfallende Säuren durch eine nachfolgende Basenflut abzupuffern.

Tagesprofil

Um ein Tagesprofil der Urinpufferkapazität erstellen zu können, müssen 5 Urinproben entsprechend den unten genannten Vorgaben genommen werden. Dafür ist es wichtig, dass die vorgegebenen Zeiten für die Urinabgabe, sowie die Mahlzeiten eingehalten werden.

Einzel Schnelltest

Da sich im Körper Säure-Basen-Fluten über den Tag hinweg abwechseln, sagt eine einzelne Harnprobe als Momentaufnahme nur wenig über den Säure-Basen-Status des Organismus aus. Nach Sander kann jedoch eine einzelne Urinprobe, die etwa 2-3 Stunden nach der Hauptmahlzeit (Mittagessen) genommen wurde, zu einer schnellen Orientierung dienen, da diese erfahrungsgemäß beim Gesunden das Maximum der Basizität abbildet. Bei einem übersäuerten Befund dieser Probe ist eine latente Azidose des Organismus wahrscheinlich und kann durch ein vollständiges Tagesprofil abgeklärt werden.

Probenahme

- Bitte etwa 2 Tage vor dem Test keine Basentabletten einnehmen
- Nach jeder Probenahme (ca. 25 ml) die Blase vollständig entleeren. Um die folgenden Probenahmen zu erleichtern, wird empfohlen, nach jeder Blasenentleerung ein Glas Wasser zu trinken.
- Für den Einzel Schnelltest: Bitte kurz vor der Hauptmahlzeit (Mittagessen) die Blase vollständig entleeren und 3 Stunden nach Nahrungsaufnahme die Urinprobe abgeben.
- Für das Tagesprofil: Bitte auf die korrekte Befüllreihenfolge der Röhrchen achten!

Probe-Nr.	Uhrzeit der Probenahme	
1	6 Uhr	Danach Frühstück
2	9 Uhr	
3	12 Uhr	Danach Mittagessen
4	15 Uhr	
5	18 Uhr	Danach Abendessen

Stecken Sie die fest verschraubten und befüllten Proberöhrchen in die weißen Versandgefäße und senden Sie sie ausreichend frankiert in beiliegender Versandtasche zusammen mit dem ausgefüllten Untersuchungsauftrag in unser Labor zur Analyse ein.

Allgemeine Hinweise

- Sollten Sie den Harn nicht jeweils für 3 Stunden einhalten können, sammeln Sie den Harn in einem Gefäß und füllen anschließend ca. 25 ml des Sammelurins in das entsprechende Röhrchen.
- Die Probenröhrchen enthalten Spuren von Thymol. Thymol kann Reizungen und Verätzungen verursachen. **Bitte von Kindern fernhalten** und direkten Kontakt mit dem weißen Pulverbeschlag vermeiden.

Bei Hautkontakt:

Mit reichlich Wasser abwaschen. Eventuell kontaminierte Kleidung sofort entfernen.

Bei Augenkontakt:

Mit reichlich Wasser bei geöffnetem Lidspalt ausspülen (mindestens 10 Minuten). Sofort Augenarzt konsultieren.

Bei Verschlucken:

Viel Wasser trinken. Erbrechen vermeiden. Sofort Arzt konsultieren.