

Lege Pernille Nylehn bestemte seg for å ta pH-kuren og Robert O. Young på alvor.

En reise i pH-mirakelet

KRONIKK



Pernille Nylehn, lege, Klepp

ETTER AFTENBLADETS ARTIKLER om pH-kuren og Robert O. Young, har debatten gått i både papiravisa og på nettet. Slike debatter blir fort betente, med steile fronter mellom tilhengere og motstandere av «skolemedisin» og «alternativ medisin».

Jeg forstår at mange leter etter alternativer til den etablerte medisinen. Helsevesenet er langt fra fullkomment, mange pasienter føler seg misforstått og overkjørt, og noen blir direkte feilbehandlet. Etter mitt skjønn bør vi ikke fnyse av alternative retninger, men ha et åpent sinn – dog uten å sluke alt rått.

JEG SATTE MEG DERFOR FORE å finne ut hva pH-dietten egentlig er, hvordan den virker og hvordan man har kommet fram til den. Jeg har lest på phmiracleliving.com (Robert Youngs nettsider), innerlightinc.com, phforlivet.no og kevinfroystad.com. Jeg har også sett på en del vitenskapelige artikler som Young viser til.

Her følger et reisebrev fra min lille ekspedisjon i pH-miraklenes verden:

LA OSS TA NOEN GRUNNLEGGENDE begreper først:

■ pH er et mål for surhet på en skala fra 1 til 14, hvor 1 er ekstremt surt (som saltsyre), 7 er nøytralt, og 14 ekstremt basisk (som lut). pH-skalaen er logaritmisk, så pH 5 er ti ganger surere enn pH 6, og pH 9 ti ganger mer basisk enn pH 8.

■ Menneskekroppen er avhengig av riktig pH for å fungere som den skal. Den normale pH i blodet er ca. 7,4, altså svakt basisk. Inne i cellene er pH ca. 7.

■ Blod er livsviktig, ikke minst de røde blodcellene, som frakter oksygen.

Så langt alt vel.

KJERNEPUNKTET i Youngs pH-teori er at de fleste mennesker har for lav pH i kroppen, de er altså for sure, og dette gjør dem syke. Løsningen er å spise mer basisk mat, drikke basisk (alkalisert) vann, og gjerne ta tilskudd i form av spesielle salter, grønnsaksekstrakter, klorofyllestrakter m.m.

I Youngs lære er *blodanalyse* essensielt for å avklare helsetilstanden. Man har spesielt utdannede mikroskopister som ser på blodet i et mikroskop, vurderer cellenes form og utseende, og hvor surt/basisk blodet er.

Før vi går videre er det viktig å huske dette: Robert Youngs tilnærming kalles «Den nye biologien» og sies å være et revolusjonerende brudd med det synet vi til nå har hatt på om menneskets kropp og helse. Young sier faktisk at *alt vi har lært om menneskekroppen til nå er feil*.

Young bruker riktignok begreper fra den «gamle» biologien, som *celler, pH, stoffskifte, stamceller*, men i den nye biologien betyr alle disse begrepene noe annet.



I KRITISK LYS: Robert O. Young, som har en kvakksalverdom mot seg fra delstaten Utah i USA, hevder at han kan forebygge og kurere de fleste alvorlige sykdommer med sin innsikt i kroppens pH – og med de produktene han selger. Kronikkforfatteren blir *ikke* imponert, for å si det forsiktig. (Foto: Jon Ingemundsen)

Ble jeg lurt på universitetet? Har jeg i alle år trodd at friske celler var syke og omvendt?

DA JEG HADDE VANDRET omkring i pH-verdenen en stund, følte jeg meg litt som Alice i eventyrland. Alt var kjent, men ukjent. Ting forandret seg rett for øynene på meg. Bak var fram og opp var ned. Og stadig dukket Cheshirekatten opp med et bredt smil – for så å forsvinne igjen før jeg rakk å få svar på alt jeg lurte på (*smilet til Cheshirekatten i Lewis Carrols «Alice i eventyrland» er blitt et symbol på det smårampete, skøyeraktige; red. tilf.*).

La oss ta dette med pH i blodet. Det normale er altså at pH ligger på ca. 7,4, og kroppen regulerer dette svært nøye. Hvis man blir for sur eller for basisk, kan man bli alvorlig syk. Hvis pH går ned mot 7, eller over 7,6, er det fare på ferde. En pH under 7 eller over 8 er livstruende.

Young mener vi skal tilstrebe å bli mest mulig basiske, og at vi kontinuerlig må tilføre kroppen basisk mat og drikke for å holde oss friske. Men jeg finner ikke riktig ut *hvor* basisk vi bør være, og om det gjelder blodet, cellene, andre kroppsvæsker? Han sier man kan teste seg selv ved å måle pH i spytt eller urin, og hvis den for eksempel er 7,2 er det fint. Men 7,2 – er ikke det litt *surere* enn blodet da? Jo da, sier Cheshirekatten, men mennesker som er for sure, har *mye* lavere pH i spyttet!

OK, JEG FÅR GODTA DET. Men i mikroskopet kan man visst se hvor surt blodet er? Jeg går til Kevin Frøystads nettsider, der er det en historie om en mann som hadde pH på 3 – tre – første gang han ble testet. Heldigvis

gikk han opp til 8 etter en periode med riktig mat og kosttilskudd.

Nå begynner forvirringen virkelig å bli plagsom. I min «gamle» biologi heter det at man ikke kan overleve med en pH i blodet lavere enn 6,8. Og pH 3 er *40 ganger surere* enn pH 6,8.

Kan dette gå an da? Ifølge min biologi burde han ha vært stein død.

Men kanskje var det ikke pH i blodet som var så lav, kanskje det var et annet sted i kroppen? Men hvordan finner man ut det, er det ikke blodet de ser på i mikroskopet?

Vi lar dette ligge inntil videre.

SÅ ER DET BLODCELLENE. På de nevnte nettsidene finner jeg bilder av blodceller, og det er markert om de er friske eller syke, om det er for mye karbohydrater, proteiner eller annet snusk.

Jeg har selv sett på en del blod i mikroskop opp gjennom årene, både fra friske og syke mennesker, og trodde jeg hadde litt peiling. Men ikke i pH-verden. Der jeg ser friske røde celler, står det at de har for mye karbohydrater. Der jeg ser friske hvite blodceller, står det at det er «søppelhauger» og urinsyrekrystaller. Og det som beskrives som friske blodceller, ligner ikke på noe jeg har sett før.

Igjen denne nagende følelsen av å ha falt ned i et hull i jorda. Ingenting stemmer!

Ble jeg lurt på universitetet? Har jeg i alle år trodd at friske celler var syke og omvendt? Har jeg kanskje aldri sett en frisk blodcelle? Det kan

jo tenkes, siden de fleste mennesker – ifølge Young – er for sure. Jeg må huske at dette er den *nye* biologien.

JEG LESER MER om blodcellene, og får enda en aha-opplevelse. Hovedoppgaven til de røde blodcellene er *ikke* å frakte oksygen, slik jeg alltid har trodd. Oppgaven deres er å bli nye kroppsceller, som muskler og nerver og bein. I den «gamle» biologien het det at de røde blodcellene er uten kjerne og derfor ikke kan lage nye celler. Da var det vel feil det også.

Det er mer, jeg blir helt svimmel: Hvis man er blodfattig, skal man ikke ta jern, sier Young. Man skal få i seg klorofyll. I klorofyll er det riktignok ikke jern, men magnesium, men det skjer en *kjernefysisk transformasjon* i kroppen, slik at magnesiumet blir til jern!

JEG HADDE EGENTLIG TENKT at jeg skulle vurdere pH-kuren med et åpent sinn, peke på gode og dårlige sider ved den, kanskje finne ut at den kunne leve side om side med skolemedisinen. Men jeg innser nå at oppgaven er umulig. Youngs system har sin egen logikk, og alle mine motforestillinger vil falle til jorden fordi jeg ikke har forstått logikken, jeg henger håpløst fast i den gamle biologien.

I synsfeltet aner jeg en smilende katt, men så er den borte.

Jeg vurderer nå sterkt å omskolere meg, for jeg kan ikke gjøre nytte for meg som lege etter denne nye innsikten. Flymekaniker skal visst være et fint yrke.