

---

Subject: Übersäuerung?

Posted by [Alice](#) on Fri, 22 Jul 2016 14:06:33 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich leide seit einigen Monaten unter diffusem Haarausfall und kann mir den Grund nicht so richtig erschließen.

Seit Februar esse ich 2x tägl. Fleisch - nur magere Pute vom Bauer und Rind (Tatar-extrem mager). Könnte dies meinen Körper auf Dauer übersäuert und daher zum Haarausfall geführt haben? Ernähre mich im großen und ganzen sehr gesund, koche immer nur frisch und meide strikt Zucker, Milchprodukte und Weißmehl. Was meint ihr?

---