

# Leserbrief

## Voneinander lernen?

Leserbrief zu:  
Jehle S, Krapf R. Essen wir zu sauer?<sup>1</sup>

Nachdem in der Naturheilkunde bzw. Komplementär- und Alternativmedizin (CAM) schon seit Jahren und Jahrzehnten von einer Übersäuerung durch unsere im Westen übliche Diät (viel tierisches Eiweiss, raffinierte Kohlehydrate etc.) geredet wird, staune ich nicht schlecht, hier nun zum ersten Mal aus schulmedizinischer Sicht von Studiendaten zu lesen, die in eine ähnliche Richtung deuten! In den letzten Jahren hörte ich an Fortbildungen und las ich immer wieder mal in Journalen die üblichen herablassenden und ablehnenden Statements irgendwelcher Kollegen, dieses Konzept der «Übersäuerung» aus der CAM und deren Korrektur durch «Basenpulver» etc. sei obsolet und reine Geschäftemacherei, da unser Stoffwechsel genügend Pufferkapazität besitze, um die anfallenden Säuren zu neutralisieren. Und nun lese ich von dieser Studie von Prof. Krapf et al., in welcher die Knochendichte osteopenischer postmenopausaler Frauen durch Gabe von Kaliumzitatrat zur Abpufferung der durch die Nahrung entstandenen Säuren markant gesteigert werden konnte. Spannend! Allgemein gesprochen: Wäre es wohl möglich, dass wir Schulmediziner (gemeint sind sowohl universitätsnahe, forschende Kollegen als auch nicht wenige Hausärzte, welche CAM prinzipiell ablehnen) von unserem hohen Ross steigen und Hand bieten könnten zu vorurteilsfreiem Austausch mit den Kollegen aus der CAM? Könnte sich die westliche Medizin etwas öffnen und befruchten lassen von Erkenntnissen aus anderen Kulturen und anderen Zeiten? Ich glaube, es würde allen Beteiligten, und vor allem unseren Patienten, nur guttun.

*Alexander Erlach*

### Korrespondenz:

Dr. med. Alexander Erlach  
Facharzt für Allgemeinmedizin, Homöopathie  
und Psychosomatik  
Metzggasse 2  
CH-8400 Winterthur  
[alexander.erlach@hin.ch](mailto:alexander.erlach@hin.ch)

## Replik

Dr. Erlach zeigt sich erfreut, dass die «Schulmedizin» nun endlich auch das Problem der Übersäuerung erkannt haben soll. Wir sind grundsätzlich ebenso erfreut darüber, dass in der Alternativmedizin das Problem auch diskutiert wird. Das grundsätzliche Problem, das wir mit dieser und anderen alternativmedizinischen Ansichten jedoch haben, liegt darin, dass interessante Hypothesen und Beziehungen aufgestellt werden, diese aber nie mit adäquaten Interventionsstudien bewiesen oder verworfen werden. So muss sich auch meine Forschungsgruppe in Diskussionen an Symposien und Vorträgen immer wieder von einer zu freizügigen (*wishful thinking*) Interpretation der vielen subsumierten Effekte der säureproduzierenden Diät abgrenzen. Schön wäre, wenn die alternativmedizinischen Hypothesen vermehrt von deren Initianten in adäquaten Studien geprüft und diese nicht einfach als scheinbare Evidenz präsentiert würden. In Bezug auf die Übersäuerungshypothese(n) wären wir zu einer entsprechenden Zusammenarbeit mit den alternativmedizinisch arbeitenden Kollegen gerne bereit.

*Reto Krapf*

<sup>1</sup> Schweiz Med Forum. 2010;10(8):152–3.