My pH Record

DAY 1

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 2

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 3

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 4

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 5

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 6

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 7

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 8

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 9

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 10

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 11

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 12

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 13

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 14

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 15

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O

DAY 16

		pH	5.0	5.5	5.8	6.0	6.2	6.4	6.6	6.8	7.0	7.2	7.4	7.6	7.8	8.0
Urine	Morning		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O
	Evening		O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O