

36 Nahrungsmittel im Säuretest

Gruppe 1 (mehr als -200 KHN)

1	Essig	-303
2	Hooch Lemon (Alk)	-257
3	Red Bull	-232
4	Ice Tea	-224
5	Orangensaft	-209

Ergebnis der Berner Säure-Studie mit 36 Nahrungsmitteln und Getränken in absteigender Reihenfolge.

KHN = Knoop-Härtegrad.

Quelle: Adrian Lussi et. Al.: Erosionen. Befund – Diagnose – Risikofaktoren – Prävention – Therapie, in: Schweiz Monatsschr Zahnmed Vol 115: 10/2005

Gruppe 2 (mehr als -100 KHN)

6	Apfelmus	-186
7	Kiwisaft frisch	-164
8	Sprite light	-162,2
9	Apfelsaft	-154,4
10	Multivitaminsaft	-137
11	Schweppes	-136,3
12	Orangina	-133,6
13	Grapefruitsaft	-119,9
14	Sinalco	-109,8
15	Salatsauce	-109
16	Citro light	-103,3
17	Grapefruitsaft frisch	-108,7

Gruppe 3 (bis -100 KHN)

18	Isostar	-85,8
19	Randensaft	-81,2
20	Fanta Orange	-77,9
21	Coca-Cola	-76,6
22	Rotwein	-71,3
23	Pepsi light	-64,8
24	Karottensaft	-57,5
25	Weisswein	-30,1
26	Isostar Orange	-28,9
27	Perform	-6

Gruppe 4 (Nahrungsmittel mit positivem KHN-Wert)

28	Zitronenjoghurt	+17,8
29	Kiwijoghurt	+15
30	Milch	+10,9
31	Sauermilch	+9
32	Orangenjoghurt	+8,5
33	Carlsbergbier	+8,0
34	Mineralwasser mit KS	+5,58
35	Corona-Bier	+2,5
36	Trinkmolke	+0,6