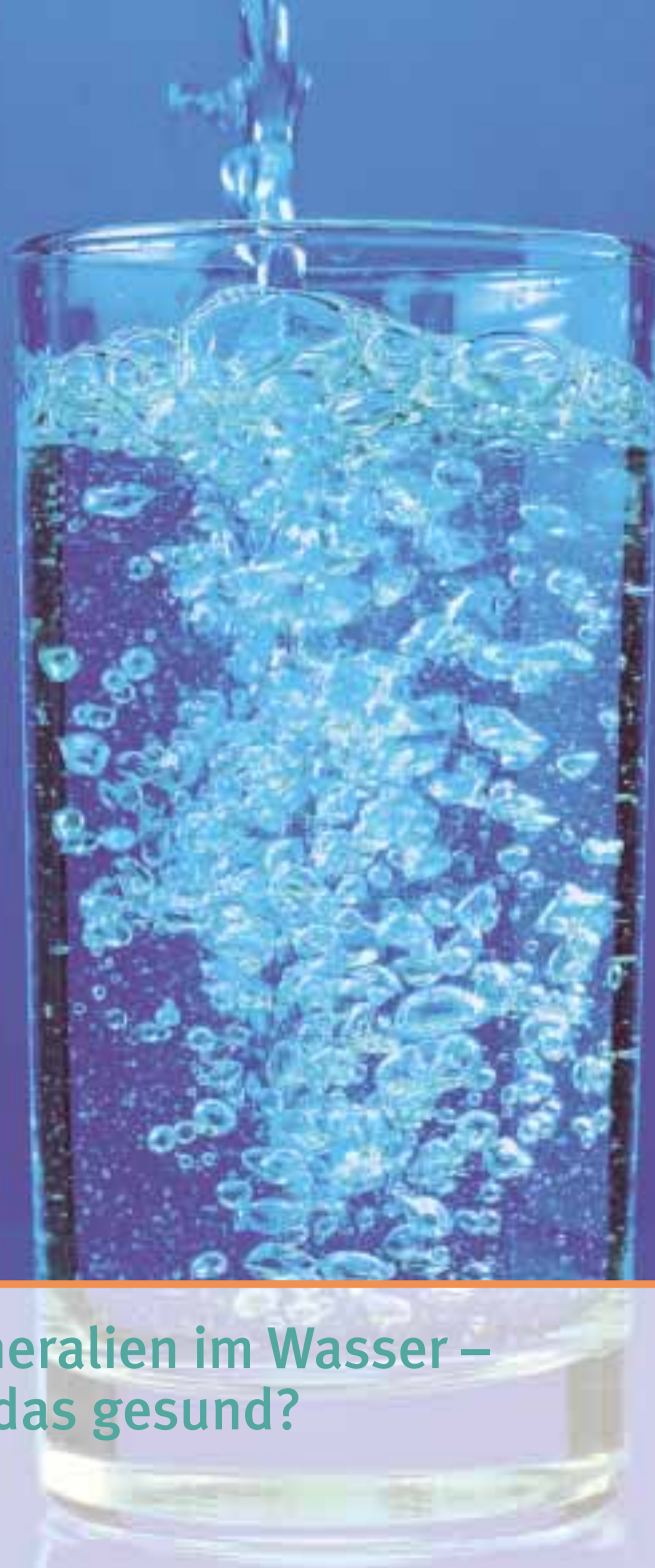




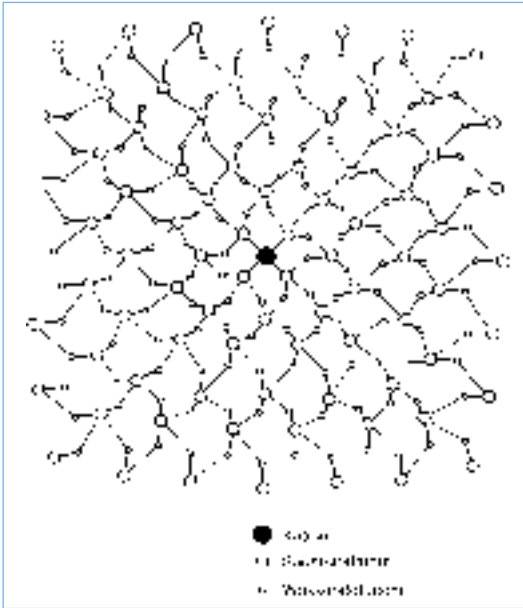
Mineralien im Wasser – Ist das gesund?

Gesundheitsrisiken, die durch die Aufnahme von stark mineralhaltigem Wasser entstehen

Die anorganischen Salze, die von den menschlichen Zellen nicht assimiliert werden können, können im Blut eine elektrolytische Überladung verursachen und müssen durch die Nieren gefiltert werden. Die andauernde Ausscheidung von Elektrolyten, die nicht assimiliert werden können, schwächt langfristig die normale Ausscheidungsfunktion des Nephrons: das Blut wird nicht mehr vollständig gereinigt und die unvollständige Filtration der Stoffe in den Nieren führt zu Suspensionen im Blut und im Gewebe, die dann Mineralablagerungen im Organismus verursachen. Dies führt dann zu Verkalkungen in den Blutgefäßen, im Herzen und im Hirn sowie zu einem dementsprechend vorzeitigen Alterungsprozess. Die überschüssigen, nicht ausgeschiedenen anorganischen Mineralien, d. h. die Elektrolyten, lagern sich im Organismus ab (vor allem im Bindegewebe), verhindern dadurch den Durchtritt im Bindegewebe und verursachen degenerative chronische Krankheiten. Pasteur behauptete: »90 %

der Krankheiten stammen vom Wasser«, und der französische Hydrologe Vincent fügte hinzu: »Tuberkulose, Krebs und alle degenerativen Krankheiten rühren vom unkontrollierten Gebrauch des Trinkwassers her.« Leider wurde diesen schwerwiegenden Aussagen nie die rechte Bedeutung beigemessen, auch weil die schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen des ungesunden Wassers nicht unmittelbar erkennbar sind, sondern erst nach mittel- bis langfristigen Zeiträumen auftreten.

Das reine Wasser hat eine ganz bestimmte Struktur, die durch die Aufnahme von verschmutzten Stoffen wie anorganische Mineralien, Schwermetalle, Düngemittel usw. verändert oder zerstört wird. Die Wissenschaftler G. Resch und V. Gutmann haben bewiesen, dass die Anwesenheit eines einzigen Kations ausreicht, um die ursprüngliche Struktur des Wassers zu ändern: in diesem Fall verkürzt sich der Abstand zwischen den Wasserstoffatomen und den Sauerstoffatomen (Abbildung 9).



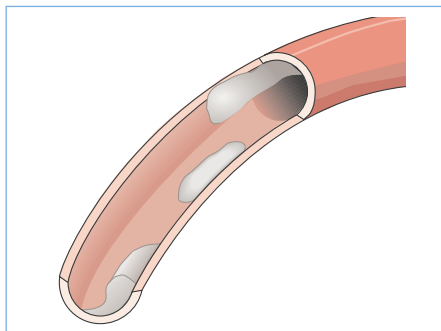
◀ Abb. 9: Strukturelle Verdichtung um ein Kation im Wasser.

Arteriosklerose

Wenn wir an Kalkhöhlen denken, erkennen wir, dass das kalkhaltige Wasser Tropfen um Tropfen im Laufe der Jahre Stalaktiten und Stalagmiten bildet. Langsam und tropfenweise entstehen riesige Ablagerungen von anorganischen Mineralien. Genau dasselbe geschieht in unserem Körper infolge des Kalziumkarbonats und anderer anorganischer Mineralien, die überall im Trinkwasser enthalten sind (das Kalziumkarbonat oder der Kalk sind der Hauptbestandteil des Zements). Wenn dieser Katalysator in die chemischen Prozesse des Körpers eindringt, kommt

es im Laufe der Jahre zu einer »Verhärtung der Arterien«, auch wenn der Großteil der Bevölkerung überzeugt ist, dass dies eine natürliche Begleiterscheinung des Alterungsprozesses ist. Zur Zeit sind keine Kuren für die Bekämpfung der Arterienverhärtung bekannt, sondern nur Techniken, mit denen die Arterien von den anorganischen Ablagerungen befreit oder sogar einige Teile der Arterien ersetzt werden können. Betrachtet man aber das gesamte Arteriensystem im menschlichen Körper, so erscheint die Säuberung eines kleinen Teiles als unnütz. Um eine konkrete

Auswirkung auf die Gesundheit zu erzielen, müssten ganze Kilometer von Arterien, Venen und Kapillargefäßen von anorganischen Verkrustungen befreit werden. Diese ließen sich aber vermeiden, indem man im Laufe des Lebens keine anorganischen Mineralien zu sich nimmt. »Der Mensch ist so alt wie seine Arterien.« Mit dieser Aussage betont der Forscher Virchow, dass das hohe Alter und die Arteriosklerose nicht parallel verlaufen. Letztere kann auch im Alter von 45 Jahren auftreten oder überhaupt nicht; nicht einmal im Greisenalter. Das Auftreten dieser Krankheit hängt von der aufgenommenen Menge



▲ Abb. 10: Mineralisierte Ablagerung in den Arterien.

an anorganischen Mineralien ab, die sich in der Folge in den Arterien abgelagert haben (Abbildung 10).

Verkalkungen der Gelenke und Knochenauswüchse

Knochenverkalkungen und Kalkbildungen werden durch unlösliche Ablagerungen verursacht, die das Gewebe über das aufgenommene Wasser erreichen. Dieses Wasser enthält anorganische Mineralien, Salz, Harnsäure, Kristalle und giftige Säuren, die von einer unvorteilhaften Ernährung herrühren

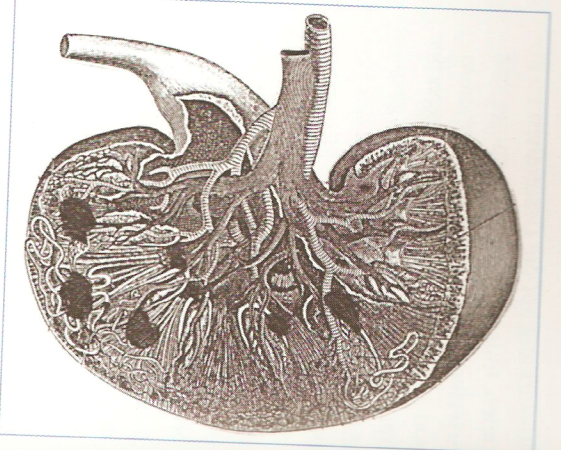
wie Kaffee, Tee, Fleisch, weißes raffiniertes Mehl und gezuckerte Süßwaren. Dies ist die gewöhnliche Ernährung von vielen Menschen. Wird sie obendrein durch mineralhaltiges Wasser ergänzt, treten zusätzlich Knochenverkalkungen und Gelenksversteifungen auf.

Nierensteine

Wie bereits ausführlich beschrieben, lagern sich die anorganischen Mineralien, die nicht von den Zellen assimiliert werden, an verschiedenen Körperstellen ab, insbesondere im Bindegewebe, in den

Arterien und Venen, in den Gefäßen usw. Der Großteil der anorganischen Mineralien »wandert« jedoch durch die Nieren, da der menschliche Organismus auf jeden Fall dazu neigt, diese nicht

verwertbaren Stoffe durch den Harn auszuscheiden. Das Ablagerungsrisiko ist in den Nieren am größten und es steigt mit dem Anstieg der durchziehen- den Mengen von anorganischen Stoffen. Die dann gestörte Funktionsfähigkeit der Nieren fördert zusätzlich die Bildung von Nierensteinen, die zu einer Einschränkung der gesamten Nieren- rentätigkeit führen. Es ist allgemein be- kannt, dass überdurchschnittlich viele Nierensteinfälle in der Bevölkerung in Orten auftreten, in denen das Trinkwas- ser reich an anorganischen Mineralien und besonders hart ist (hohe Konzentra- tion an Kalzium und Magnesium). Die Mineralien im Wasser werden dem Körper nicht nur durch das Trinken zu- geführt, sondern auch durch das Abwa- schen von Gemüse und Obst mit Was- ser, durch Nudelwasser, Suppe usw. Zu beachten ist dabei, dass das Wasserkoch- chen (eine sehr verbreitete Methode, um das Wasser zu »reinigen«) bei der Zubereitung der Nahrungsmittel keine Auswirkung auf die Mineralien und Schwermetalle hat, weil diese dennoch im Wasser bleiben und sich nur der in der verdampften Flüssigkeit enthaltene Anteil am Gefäß ablagert (weißer



▲ Abb. 11: Niere mit Nierensteinen (erkennbar an den kleinen dunklen oval- förmigen Flächen).

Rand). In der Tat leiden viele Menschen an Nierensteinen, obwohl sie immer nur »abgekochtes Wasser« verwenden. Im Allgemeinen kann behauptet wer- den, dass Nierensteine in den meisten Fällen vermieden werden können, wenn Wasser mit geringem Mineralge- halt eingesetzt wird – und zwar sowohl beim Trinken als auch bei der Essens- zubereitung.

Verkalkungen im Gehirn

Anorganische Mineralien verursachen, gemeinsam mit dem Cholesterin und dem Kochsalz (Natriumchlorid), die

größten Schäden an den kleinen Arterien und Blutgefäßen des Gehirns. Die moder- ne Wissenschaft hat Mittel entwickelt,

um Verletzungen zu behandeln und dem Gewebe der Nieren, der Leber, des Her- zens und anderer lebensnotwendiger Or- gane die nötige Elastizität zurückzuge- ben. Allerdings kann einem menschl- ichen Gehirn, das bereits versteinert ist, mit nichts auf der Welt Leben zurückge- geben werden. Personen mit versteiner-

Probleme des Blutkreislaufs

Viele Menschen leiden an Kreislauf- störungen. Oft wird dieses Leiden durch die Ablagerung von anorgani- schen Mineralien in den Arterien, Ve- nen und Kapillaren, die den Blutkreis- lauf bilden, verursacht und erschwert. Die Krankheitssymptome sind kalte Hände und Füße, auch an warmen Tagen. Die Ablagerungen in der Arterie können mit Kalkablagerungen in einem Wasserrohr verglichen werden. Wenn die Leitungen des Körpers verstopft sind, kann das Blut nur schwer zirku- lieren; statt warm und gesund durch die Kapillaren der Hände und Füße zu fließen, reduziert es sich zu einem tropfenartigen Fluss, der nur selten das Gewebe ernähren und Wärme produzieren kann.

- Eine verstopfte Arterie bewirkt einen Anstieg des Blutdruckes und kann zu Herzinfarkten oder Schlaganfällen führen (Kreislaufkrankheiten sind die verbreitetste Todesursache).

tem Hirn sind nicht mehr im Stande zu denken und zu handeln. Leider sind viele ältere Menschen von dieser Krankheit betroffen. Der Prozess der Verhärtung der Arterien und der Versteinerung der Blutgefäße beginnt unmittelbar nach der Geburt, da unser Körper von diesem Mo- ment an anorganische Stoffe aufnimmt,

Es sei wieder hervorgehoben, dass die Hauptursache der Verkalkungen und Ablagerungen das mit anorganischen Mineralien gesättigte Wasser ist. Wer Wasser mit geringem Mineralgehalt oder Fruchtsäfte oder Gemüsesäfte trinkt, kann den Kreislauf sauber und gesund halten. Der Großteil der Men- schen hat jedoch einen Kreislauf voller Schlacken, d. h. einen zum Teil ver- stopften Kreislauf, wodurch gesund- heitliche Probleme verursacht werden. Diese kann man jedoch vermeiden, in- dem man reines Wasser trinkt und eine salzarme Ernährung mit viel Obst und Gemüse wählt. Die tägliche Aufnahme von reinem Wasser verbessert den Kreislauf, erhält ihn in gutem Zustand und erhöht somit das psychische und körperliche Wohlbefinden. Da zudem die ca. 15 Milliarden menschlichen Hirnzellen zu über 70 % aus Wasser be- stehen, ist die Wichtigkeit der Wasser- qualität für eine gute Hirntätigkeit leicht nachzuvollziehen.