

Mineralwasser oder ein natürliches mineralarmes Wasser ohne Kohlensäure ?

Muß Wasser anorganische Mineralien wie in unseren üblichen Mineralwässern enthalten und wirken natürliche und leicht saure, mineralarme Wässer in unserem Organismus als Säuerbildner?

Wie wir aus der Medizin wissen, wird unser Wasser- und Flüssigkeitshaushalt u.a. durch das metallische Mineral **Natrium** und dem Mineral **Kalium** geregelt. Hierbei sollten beide Mineralien **in etwa gleicher Menge** aufgenommen werden. Während Kalium durch unsere allgemein übliche Ernährungsweise nur in geringen Mengen aufgenommen wird, steht Natrium durch die üppige Einnahme im Überfluß zur Verfügung. Bedauerlicherweise ist an das im Kochsalz vorhandene Natrium, Chlor chemisch eingebunden und kann zu erhöhtem Blutdruck und zur Entmineralisierung der Knochen führen.

Während Natrium die Flüssigkeitsspeicher außerhalb der Zellen auffüllt, ist Kalium für den Flüssigkeitshaushalt innerhalb der Zelle verantwortlich.

Angesichts der Tatsache, dass die Ausgeglichenheit beider Mineralien von entscheidender Bedeutung ist wollen wir uns einmal die Konzentration beider Mineralien an Hand folgender Beispiele betrachten.

Selters (Lahn)	=	Na 1098 mg/l	Natrium
		CL 359 mg/l	Chlorid
		K 16 mg/l	Kalium
Elisabethen-Quelle	=	Na 752 mg/l	Natrium
		CL 710 mg/l	Chlorid
		K 28 mg/l	Kalium
Staatlich Fachinger	=	Na 1950 mg/l	Natrium
		CL 151 mg/l	Chlorid
		K 28 mg/l	Kalium
Apolinaris	=	Na 505 mg/l	Natrium
		CL 168 mg/l	Chlorid
		K 30 mg/l	Kalium

Von Ausgeglichenheit kann hier nicht mehr die Rede sein. Zählt man nun das Natriumchlorid aus unseren Speisen mit hinzu, so wird das Ungleichgewicht der beiden wichtigsten Mineralien noch drastisch verstärkt.

Zu diesem Ungleichgewicht gesellen sich die in den meisten Mineralwässern vorhandenen Säurebildner Sulfate und zugesetzte Kohlensäure.

Unser Organismus hat mit der natürlichen Säurelast durch Kohlensäure, Phosphatsäure, Salzsäure und organischen Säuren schon genug zu tun, so dass man ihm diese hohen Säurekonzentrationen der Mineralwässer ersparen sollte.

Kalium und Natrium(kein NaCl, also Kochsalz) sind Basenbildner.

Diese sollten jedoch über unsere Nahrungskette aufgenommen werden, weil sie dort in organischer Form für unseren Körper besser assimilierbar sind.

Auch im Vergleich zu den oben aufgeführten Konzentrationen des zum Ausgleich so wichtigen Kaliums, enthalten 100 g Pellkartoffel z. Bsp. über 400 mg Kalium.

Nach dem wir nun eindeutig festgestellt haben, dass zwischen den beiden Mineralien Natrium und Kalium in den meisten Fällen eine eindeutiges Ungleichgewicht besteht, wollen wir den dadurch hervorgerufenen osmotischen Effekt zwischen intrazellulärem Wasser und extrazellulärem Wasser betrachten.

Durch das Ungleichgewicht wird nun in erster Linie der Flüssigkeitsspeicher außerhalb der Zellen unseres Körpers aufgefüllt. Dies bedeutet, dass bei nicht ausreichender Wasserzufuhr durch den osmotischen Effekt der Zelle, Wasser entzogen wird. Die Folge, die Zelle dehydriert und stellt Ihre Funktion ein.

Werden nun in diesem Falle dem Körper als Flüssigkeitsausgleich weitere Natriumsalze in Form von Mineralwässern von außen zugeführt, so intensiviert sich das vorhandene Ungleichgewicht.

Gegenseitig ist auf Dauer das Trinken von destilliertem Wasser unserer Gesundheit ebenso wenig zuträglich. Durch das Trinken von destillierten Wässern wird der Mineralhaushalt der extrazellulären Körperflüssigkeit übernatürlich verdünnt, was beim Verlust von Natrium, z. Bsp. beim Schwitzen, wiederum bedingt durch den osmotischen Effekt, zu Wasseransammlung innerhalb der Zelle führt. (Bildung von Ödemen).

Angesichts dieser Erkenntnisse benötigt unser Organismus neben einer ausgewogenen Ernährung (ausgewogene Zufuhr von organischen Natrium und Kalium) eine Flüssigkeit, die weder das osmotische Gleichgewicht, noch den Elektrolythaushalt entscheidend stört. Diese Eigenschaft erfüllt ein natürlich, mineralarmes Wasser optimal.

Wie wir wissen, ist natürliches und mineralarmes Wasser leicht sauer, was aber keinesfalls als Säurebildner in unserem Organismus wirkt.

Genau so wie die z. Bsp. die schwachen Fruchtsäuren wie Säuren aus Äpfeln, Zitronen- oder Essigsäuren führt dieses leicht saure Wasser beim Menschen in der Bilanz mehr zu Basen als zu Säuren.

Die Erklärung für diesen scheinbaren Widerspruch beruht auf biochemischen Vorgängen, die reichlich kompliziert sind. Bis heute ist nicht klar definiert, weshalb z.Bsp. Natrium als Bestandteil von Kochsalz (NaCl) und in den meisten Mineralwässern konzentriert vorhanden die Ausscheidung von Kalzium über die Nieren fördert und somit auch zu Osteoporose führen kann. Wichtig zu wissen ist:

Das, was dem Körper Probleme bereitet, sind in erster Linie die anorganischen Säuren wie Salzsäure, Schwefelsäure, Phosphorsäure und Salpetersäure.

Ganz anders sind die organischen Säuren einzuschätzen wie z. Bsp. die Gruppe der Aminosäuren. Diese sind lebenswichtige Bausteine für das Eiweiß im Körper und wirken wie die Fruchtsäuren nur positiv.

Fazit:

Für unsere Gesundheit und unser aller Wohlbefinden steht neben einer gesunden,, ausgewogenen und kochsalzarmen Ernährung eine gesundes und natürliches Wasser. Dies ist von Natur aus mineralarm und leicht sauer.

Es stört weder die Säure- Base- noch die osmotische Balance in unserem Körper.

Sauberes und mineralarmes Wasser erreicht die feinsten Kapillargefäße des Kreislaufes und sorgt so für den optimalen Transport von Nährstoffen und Abtransport von Schlackenstoffen. Nicht das leicht saure Wasser führt zu der so gefürchteten Säurestarre unseres Gewebes, sondern die Säurereste aus Nahrung und säurebildenden Getränken. (Kaffee, Limonaden, Alkohol und stark kohlenstoffhaltige Mineralwässer) Auch rauchen führt zum sicheren Säuregenuß.

Bei der Versorgung unseres Wasserhaushaltes , in dem ja alle Lebensfunktionen stattfinden, kommt es wie wir gesehen haben, entscheidend auf die ausgewogenen Zufuhr von organischem Natrium und Kalium aus unserer Nahrungskette an. Das so wichtige Lösungsmittel für beide Mineralien und all die anderen lebenswichtigen Mineralstoffe und Spurenelemente , kann nur ein **natürlich, sauberes und mineralarmes Wasser** sein.

Ein natürliches und mineralarmes Wasser wirkt als hypotonisches Getränk, dessen Konzentration an Mineralstoffen geringer ist als das des menschlichen Blutes.

Ein solches Getränk bleibt im Gegensatz zu einem übermineralisierten Mineralwasser nicht im Magen liegen und muß im Darm nicht noch durch Flüssigkeit aus dem Körper erst verdünnt werden. Es wird von unserem Organismus besonders rasch aufgenommen und ergänzt folglich sofort den natürlichen Flüssigkeitsverlust.

Die PUROLUX-Verfahrenstechnik berücksichtigt die biologischen Eigenschaften eines natürlichen Wassers in dem durch eine Anpassung an das örtliche Rohwasser keine Vollmineralisierung des Wassers vorgenommen wird.

Damit unser Wasser seine Aufgabe in unserem Organismus wieder optimal erfüllen kann, wird es neben der Reinigung und Vitalisierung auch wieder in das natürliche und biologisch richtige Terrain gebracht.