

Trinkwasser, die Ursache chronischer Erkrankungen?

von Dr. Ingrid B. Riedel, Ärztin für Allgemeinmedizin und Naturheilkunde, Augsburg

Als Fachärztin für Naturheilkunde habe ich mich zunehmend gewundert, warum viele homöopathische Heilmittel nicht mehr so optimal wirken, wie noch vor Jahren. Die Grundlage für erste Überlegungen bekam ich auf Studien- und Fortbildungsreisen in China. Dort lernte ich, dass es in China vier Qualitäten bei der Wasserbeurteilung gibt. Die höchste Qualität besitzt, nach der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), Schmelzwasser aus dem Hochgebirge oder Regenwasser. Dieses Wasser



Dr. Riedel

wurde als das Wasser des langen Lebens bezeichnet. Die zweithöchste Qualität besitzt Quellwasser am Fuße der Berge. An dritter Stelle folgt nach der Tradition das Flusswasser. Und an letzter Stelle das Wasser aus den Leitungen. Leider sind Regenwasser und Flusswasser in China mittlerweile genauso belastet wie allgemein das Leitungswasser. Und wie sieht es bei uns aus?

Jeder Patient ist gleichzeitig Kunde eines Trinkwasserversorgers, der davon ausgeht, dass ihm aus der Lei-

tung „gesundes“ Wasser zur Verfügung gestellt wird. Das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit stellt zum Thema Trinkwasser wie folgt fest:

Die Deutsche Trinkwasserverordnung schreibt den Versorgern nicht die Bereitstellung von gesunderhaltendem oder gesundheitsförderlichem Wasser vor. Das Wasser muss nach § 4 der TrinkwV nur frei von krankheitserregenden Keimen, genusstauglich und innerhalb der vorgeschriebenen Grenzwerte rein sein.

Betrachtet man hingegen die Aussagen der bundesdeutschen Trinkwasserversorger, so braucht man sich über das Lebensmittel Nr. 1, dem Trinkwasser, in Deutschland keine Gedanken zu machen. Wer hat Recht?

Nun, diese Aussage der Wasserversorger ist nicht ganz richtig, aber auch nicht ganz falsch. Die Richtigkeit der Aussagen über die Qualität des aus den Leitungen fließenden „Lebenselixiers“ unterliegt einer Vielzahl von diversen Abhängigkeiten. So spielen re-

gionale Aspekte wie die Grundlage der Wassergewinnung, die Umgebung der gefassten Förderbrunnen sowie die rein auf die örtlichen Gegebenheiten der Versorgungsleitungen beruhenden Einflussfaktoren eine erhebliche Rolle.

Lassen Sie mich zunächst auf den Aspekt der chemischen Wasserbeurteilung eingehen.

Pauschal kann eines zum Thema „Trinkwasser“ angemerkt werden: Es ist bei Weitem keinesfalls so unbedenklich, wie man es dem Verbraucher weismachen möchte. Das Bayerische Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit hält in einer Stellungnahme prinzipiell kein Trinkwasser für absolut unbedenklich, da 95% der Bevölkerung gar kein „Trinkwasser“ den Leitungen entnehmen. Es handelt sich in der Regel um stagniertes Leitungswasser, also „Stagnationswasser“. Wasser, welches ca. drei bis vier Stunden mindestens in der Zuleitung zum Wohnhaus und den hausinternen Leitungen „ge-

standen“ hat. Genau in dieser Zeit beginnt sich das zur Ruhe gekommene Wasser z. B. mit Schwermetallen oder sonstigen Rohrleitungsauslösungen zu „sättigen“ und eventuell auch zu verkeimen. Aber genau diese Schwermetallanreicherungen, in Verbindung mit den sonstigen Rohrleitungsrückständen, sind nachgewiesenermaßen Allergien fördernd oder sogar auslösend.

Wie kommt es nun aber zu der Diskrepanz in der Betrachtung von Trinkwasser zu „Leitungswasser“? Hier spielt der Gesetzgeber und die DVGW mit den Trinkwasser-Versorgungsunternehmen eine entscheidende Rolle. Im § 4 der Deutschen Trinkwasserverordnung (TVO) wird die Qualität des Trinkwassers festgelegt. Wogegen in § 8 TrinkwV der Ort der Entnahme bestimmt wird. Ort der Entnahme ist demnach der Ort, an welchem der Verbraucher das Wasser zum menschlichen Gebrauch, sei es Kochen, Trinken, Duschen oder Baden, entnimmt.

Der § 4 TrinkwV hingegen regelt, wie bereits dargestellt, dass das Wasser, welches zum menschlichen Gebrauch bestimmt ist, frei von krankheitserregenden Keimen, genusstauglich und, den §§ 5 bis 7 TrinkwV entsprechend, rein sein muss. Entscheidend für den Begriff „rein“ sind somit die §§ 5 bis 7 TrinkwV und deren Anhänge. Die in den Anhängen aufgelisteten zugelassenen Stoffe dürfen im Trinkwasser vorhanden sein. Werden die in den Anhängen festgelegten Grenzwerte nicht überschritten, so gilt das Wasser als „rein“. D. h., was als rein zu gelten hat, bestimmt eine Verordnung und nicht die Natur. Es werden gesetzlich derzeit 33 Inhaltsstoffe im Wasser zur Prüfung festgelegt. Das Deutsche Wasserforschungszentrum hat aber 1400 bis 1700 Substanzen im Wasser nachgewiesen.

Etwas befremdlich erscheint es allerdings, dass in den letzten rund 20 Jahren die Anzahl der nachzuprüfenden Parameter von 68 Stoffen auf die besagten derzeit 33 Stoffe gesenkt wurde. Und dies, obwohl die Weltgesundheitsorganisation WHO 200 gefährliche Stoffe zur Prüfung vorschreibt.

Das Umweltforschungslabor Halle/Leipzig nimmt zum Weltwassertag 2006 wie folgt Stellung: Das Wissen über die Wirkung von Zigtausend der Altchemikalien ist immer noch erschreckend gering. Lange wurde davon ausgegangen, dass die extreme Verdünnung diese Stoffe ungefährlich macht. Doch die Hinweise häufen sich, dass schon geringste Konzentrationen dieser Stoffe Auswirkungen auf die Umwelt und möglicherweise auch auf den Menschen haben könnten.

Im Thuner See, einem der „reinsten“ Seen der Schweiz, wurden bei den Felchen missgebildete Geschlechtsteile entdeckt. Und dies obwohl alle geprüften Stoffe unter der Nachweisgrenze lagen. Dies zeigt, dass, selbst wenn durch Wasseranalysen Stoffe unter der Nachweisgrenze liegen, es keine absolute Gesundheits- und Unbedenklichkeitsgarantie mehr im Trinkwasser gibt.

Für Medikamentenrückstände gibt es derzeit keine Grenzwerte, obwohl durch unabhängige Labore und Umweltinstitute eine Flut an Medikamentenrückständen in vielen kommunalen Trinkwässern nachgewiesen werden konnten. Die meisten dieser Medikamentenrückstände werden als Stoff-

wechselndprodukte durch den Urin ausgeschieden. Die Kläranlagen können diese Rückstände aber nicht herausfiltern. Aber selbst wenn bei Trinkwasserproben Medikamentenrückstände, Hormone oder sonstige, in der TrinkwV nicht aufgeführte Stoffe unter der Nachweisgrenze liegen sollten, so beweist dies, wie bereits angedeutet, nicht, dass diese Stoffe generell nicht im Wasser durch die Leitungen kommen können. Es besagt, so das LGL Bayern, lediglich, dass zum Zeitpunkt der Beprobung nichts nachgewiesen werden konnte.

Im Vergleich zu den jungen Mädchen vor 40 Jahren ist unsere heranwachsende weibliche Generation im gleichen Alter von 14 Jahren körperlich weiter und früher entwickelt. Speziell an den weit größeren Brüsten sowie den weiblicheren Hüften lässt sich dieser Trend erkennen.

Ein weiterer Aspekt, der im Trinkwasser berücksichtigt werden muss, sind Mineralien. Mineralien sind für das Bindegewebe und den Aufbau der Organe und Zellen unerlässlich. Wie müssen diese Mineralien aufgebaut sein, die der menschliche und tierische Organismus benötigt?

Die Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel in Karlsruhe (BfEL) stellt fest, dass im Wasser gelöste Mineralien zu grobstofflich, von der Anzahl zu gering und nicht optimal bioverfügbar, d. h., für den menschlichen Organismus nicht verwertbar sind. Eine ausreichende Mineralisierung des Organismus ist über Mineral- oder Trinkwasser nicht zu erreichen. Nach Prof. Franz Daschner tritt sogar genau die gegenteilige Wirkung durch diese anorganischen „Kalle“ im Körper ein, sie belasten und verschlacken den Organismus und die Arterien (Arterienverkalkung).

Diese Erkenntnis wurde nicht erst 1994 durch das Bundesgesundheitsamt erstmals dargestellt. Schon Mitte der 60er Jahre des letzten Jahrhunderts wurde durch Prof. L.C. Vincent dies wissenschaftlich nachgewiesen.

In bestimmten Regionen waren Herzinfarkt- und Schlaganfallerkrankungen kaum aufgetreten. In diesen Regionen war das Trinkwasser sehr mineralstoffarm. Auffallend war, dass auch andere Stoffwechselerkrankungen in der mineralstoffarmen Region weniger auftraten, als im Vergleich zu mineralstoffreichen Trinkwasserregionen.

Ab einer Sättigung des Trinkwassers mit anorganischen Mineralien kann kein osmotisches Diffusionsgefälle zwischen Zelle und Gewebswasser des Zellzwischenraums entstehen. Alle Stoffwechselprodukte und Nahrungsfremdstoffe wie z. B. Farbstoffe, Geschmacksverstärker usw. können so nicht mehr optimal aus dem Organismus ausgeleitet werden. Eine Sättigung wird nach den Studien von Prof. Vincent mit einem Leitwert von 130 µS (Micro-Siemens) erreicht.

Konträr zu diesen Erkenntnissen entwickelte sich in Deutschland die Zulassung und der Verbrauch an Mineralwässern. Mineralwässer liegen in der Regel bei einem Leitwert von 600 µS und weit höher. Viele bekannte und intensiv beworbene Mineralwässer liegen weit über 1000 µS und können bis zu 3200 µS an Leitwert aufweisen. Mit der Zunahme des Mineralwasserkonsums ab dem Jahr 1970 stiegen auch die Herzinfarkte, Schlaganfälle und Stoffwechselerkrankungen an. Während 1970 noch zwölf Liter Mineralwasser pro Kopf im Jahr getrunken wurden, so stieg der Verbrauch bis heute auf ca. 160 Liter Mineralwasser pro Kopf an. Vergleichen Sie für sich den Anstieg an sog. „Zivilisationserkrankungen“ in diesem Zeitraum bis heute.

Beängstigender verhält sich jedoch die Erhöhung der Leitwerte, also der mittels Stromfluss messbaren Feststoffbefrachtung in der Trinkwasserverordnung. So wurde dieser Wert in den letzten 17 Jahren von 1000 µS auf mittlerweile 2500 µS angehoben. Angesichts dieser Grenzwerterhöhung, die im Zuge der Wiedervereinigung durchgeführt wurde, erscheinen die örtlich gemessenen Leitwerte harmlos. Die Leitwerte liegen meist zwischen 400 und 900 µS. Dies veranlasst die örtlichen Versorger häufig zu geradezu euphorischen Qualitätsdarstellungen bezüglich der angebotenen Wasserqualität. Ein gutes Trinkwasser sollte nach Prof. Vincent, wie bereits dargestellt, einen Leitwert von 130 µS nicht überschreiten, ein optimales Trinkwasser liegt deutlich unter 80 µS.

Die Trinkwasserverordnung schreibt einem Versorger nur die Bereitstellung von genusstauglichem Trinkwasser vor. Attribute wie unbedenklich oder gesund, tauchen im gesamten Trinkwasser- und Lebensmittelrecht nicht auf.

Genusstauglichkeit reicht, besonders im Falle von Neurodermitis und immungeschwächten Menschen, zur Ausleitung der Stoffwechselprodukte nicht mehr aus. Die einzige Lösung, die einem immungeschwächten Patienten bleibt, ist der Schutz vor diesen Stoffen mittels einer optimalen Aufreinigung seines zu Lebensmittel- oder Trinkzwecken verwendeten Trinkwassers.

Das LGL Bayern stellt hierzu fest, dass immungeschwächte Menschen „gereinigtes“ Wasser verwenden müssten, um sich vor dauerhaften gesundheitlichen Störungen zu schützen. Reines Wasser bedeutet Wasser mit einem Leitwert zwischen 20 und 30 μS und frei von sonstigen Rückständen. Dies kann man mittels Umkehrosmose erreichen. Die Umkehrosmose kann auch allergieauslösende Stoffe, die möglicherweise im Wasser enthalten sind, aus dem Trinkwasser entfernen.

Eine ausreichende Mineralisierung ist ausschließlich nur über eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung durch Obst, Gemüse, Salate, Fisch, Fleisch und Milchprodukte zu erreichen.

Nach meiner persönlichen 23-jährigen Erfahrung als Allgemeinmedizinerin und Ärztin für Naturheilkunde ist die Neurodermitis ein Hilfeschrei des Körpers. Neurodermitiker haben eine geschwächte Entgiftungsleistung der eigentlichen Hauptentgiftungsorgane Niere, Leber und Darm. Als Hilfsentgiftungsorgan übernimmt die Haut Entgiftungsfunktionen. Daher ist es wichtig, dem Körper schadstoffreies und ausleitfähiges Wasser und unbelastete Lebensmittel zuzuführen.

Zur Reinigung der Zellen und des Zellzwischenraumes ist eine ausreichende Wasserzufuhr entscheidend. Ein Neurodermitikerkrankter benötigt zum Entgiften pro 10 kg Körpergewicht ca. 0,5 Liter reines Wasser. Die-

se Menge ist über den Tag verteilt in ausgewogener Menge und angewärmt zu konsumieren.

2,5 Liter Wasser aus dieser Menge decken dabei den täglichen Verlust an Flüssigkeit. Die restliche Menge dient zur Ausleitung der im Organismus angesammelten, Neurodermitis auslösenden Stoffe. Vergleichbar ist dieses Wasser mit einem leeren LKW, der die volle Zuladungskapazität zum Transport einsetzen kann.

Diese hervorragenden, den Körper entlastenden Eigenschaften von mineralarmem, gereinigtem Wasser konnte ich bei einer Vielzahl von Erkrankungen, nicht nur bei Neurodermitis allein, feststellen.

Gerade homöopathische Heilmittel können ihre Wirkung in Verbindung mit Osmosewasser besonders gut entfalten. „Wassertrinken wirkt Wunder“, speziell in Verbindung mit gereinigtem Osmosewasser kann ich diesen Buchtitel von Dr. F. Batmanghelidj in vollem Umfang bestätigen. ♦

Impressum:

neurodermitis 

UMWELT – HAUT UND ALLERGIE

Herausgeber:

**Bundesverband Neurodermitis-
kranker in Deutschland e.V.**

Oberstr. 171, Postfach 1165,
56135 Boppard

Tel.: (0 67 42) 87 13-0 (Zentrale)

Fax: (0 67 42) 27 95

E-Mail: Bvneuro@aol.com

Info@neurodermitis.net

Homepage: www.neurodermitis.net

Chefredakteur:

Jürgen Pfeifer, Buchenauer Str. 6,
56154 Boppard

Produktion:

Jürgen Pfeifer

Korrektur:

Monika Schäfer / Heidi Hölz / Elena Spahl /
René Pfeifer

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe
ggf. zu kürzen. Auf Veröffentlichung und
Rücksendung von unaufgefordert über-
sandten Artikeln und Lichtbildern, besteht
kein Anspruch.

Fachberichte stehen inhaltlich in der Ver-
antwortung des Verfassers.

Leserbriefe und Fachberichte müssen
nicht unbedingt die Meinung der Redak-
tion widerspiegeln.

Werbende Aussagen in den Inseraten lie-
gen bei rechtlichen Regressionen in der
alleinigen Verantwortung des Inserenten.

Druck:

Görres-Druckerei GmbH, Koblenz
Carl-Spaeter-Str. 1, 56070 Koblenz
Tel.: (02 61) 8 84 19-0,
Fax: (02 61) 8 84 19-80