

Warum ist Trinkwasser so lebenswichtig?

Fachbeitrag von Michael Sbresny

Dass ein gutes Trinkwasser lebenswichtig ist, weiß heute fast jeder. Aber warum unser Trinkwasser so existentiell ist, ist den meisten nicht bewusst.

Der menschliche Körper ist ein hochkomplexes System. Er besteht aus 80 bis 100 Billionen Zellen. Jede davon führt ständig lebenswichtige komplexe Aufgaben aus und muss dazu noch mit allen anderen Zellen im Team zusammenarbeiten. Dieses komplizierte Zusammenspiel funktioniert nur dann ohne Probleme, wenn alle dieser Milliarden Zellen in direkter Verbindung miteinander stehen.

Der gesamte Stoffwechsel funktioniert nur über das Wasser

Dabei gibt es in unserem Lebens-System aber keinerlei direkte Verbindung der Zellen zu den feinen Kapillaren, in denen die wichtigen Nährstoffe zur Zelle transportiert und Schadstoffe von der Zelle weggeschafft werden müssen.

Das bedeutet, dass der gesamte Stoffwechsel ausschließlich nur über das Wasser funktioniert.

Das einzige Bindeglied aller Zellen miteinander und untereinander ist also ausschließlich die extrazelluläre Flüssigkeit in unserem Bindegewebe. Der gesamte, lebenswichtige Inhalt einer Zelle ist im intrazellulären Wasser in der Zelle eingebettet, um die Funktionen in der Zelle zu gewährleisten.

Das Wasser ist im Körper etwa zu 55% in den Zellen (intrazellulär) und zu ca. 45% außerhalb der Zellen (extrazellulär) verteilt.

Auch sämtliche Informationen, Reaktionen und Befehle werden außer von den Nerven über unser Gewebewasser weitergeleitet. Sogar die unbewussten Abläufe wie Herzschlag oder Atmung werden über das Wasser gesteuert. Ein Temperaturausgleich wäre ohne genügend Wasser schlichtweg unmöglich.

Jetzt lässt sich so langsam erahnen, warum das Wasser für uns so lebenswichtig ist. Denn ohne ausreichend Wasser stehen in unserem System Leben alle Räder still.

Ein Mensch trinkt jährlich mindestens 700 Liter Wasser. Pro Tag werden in unseren Nieren etwa 180 l Flüssigkeit ausgeschieden, filtriert und wieder resorbiert.

Symptome einer Dehydrierung

Es ist also lebenswichtig, dass unserem Körper täglich, regelmäßig und ausreichend Trinkwasser zugeführt wird. Schon ein geringer Wassermangel hat spürbare Beeinträchtigungen zur Folge.

Schon eine geringe Dehydrierung verlangsamt den Stoffwechsel um ca. 3%. Mögliche Folgen sind: Tagesmüdigkeit, Rücken- und Gelenkbeschwerden, ein gestörtes Kurzzeitgedächtnis, Schwierigkeiten beim Lesen und Erfassen von gedruckten Seiten, Konzentrationsschwäche, Probleme mit den Grundrechenarten, Schlafstörungen

und erhebliche Leistungsdefizite. Als weitere Beschwerden durch Wassermangel sind Kopfschmerzen, Angstzustände, Burnout und Stress zu nennen. Aber auch Überempfindlichkeit des Magens, Allergien, Diabetes und Rheuma sind als Auswirkungen von Wassermangel bekannt. Sogar Muskelschmerzen, Rückenprobleme, Bluthochdruck, Übergewicht, u.v.a. Symptome werden auf ein Zuwenig an Gewebe- und Zellwasser zurückgeführt.

Selbst emotionale Störungen, von Aggressivität bis hin zur Depression, können durch ausreichend gutes Wasser spürbar und nachweisbar verbessert werden.

Auf Trinkwasserqualität achten

Neben der Menge, die über den Tag verteilt getrunken werden sollte, ist vor allem die Qualität des Trinkwassers entscheidend.

Die Natur hat uns über viele zigtausend Jahre unbelastetes Wasser bereitgestellt. Dieses Wasser wurde nicht desinfiziert oder mit Korrosionsschutzmittel versehen. Es wurde auch nicht mit Mineralien und Sauerstoff angereichert noch mit Zucker, Ozon, Kohlensäure oder Alkohol versetzt.

In diesem Wasser sind auch keine Rückstände von Arzneimitteln wie z.B. Clofibrinsäure (Blutfettsenker), Ibuprofen (Antirheumatikum), Carbamazepin (Antiepileptikum), Metoprolol und Sotalol (Betablocker), Sulfamethoxazol (Antibiotikum) enthalten. PFT, PAK, Uran, Asbestfasern, Nitrat, Blei, Kupfer oder hormonaktive Substanzen waren als Inhaltsstoffe unbekannt. Für die im Trinkwasser gefundenen Arzneimittelreste gibt es noch nicht mal gesetzliche Regelungen oder gar Grenzwerte.

Wasser schenkt uns Energie, es gleicht uns aus, es versorgt uns und hift uns, unbenötigte und damit störende Stoffe wieder auszuschcheiden.

Unser Körper besteht zu 2/3 aus Wasser. Das Gehirn sogar zu 90%. Die Haut besteht zu 80%, die Leber zu 69%, die Muskeln zu 75% und die Knochen zu 22% aus Wasser. Unser Stoffwechsel funktioniert nur, wenn ausreichend Wasser zur Verfügung steht. Unser Blut wird zu 80% aus Wasser gebildet, damit hängt auch die gesamte Nährstoff- und Sauerstoffversorgung von der Menge und der Qualität des Wassers ab.

Unser Körperwasser ist für eine optimale Blutzirkulation ausschlaggebend.



Alle Anzeichen des Alterns können auf die eine oder andere Weise auf eine langsame, aber ständige Austrocknung von lebenswichtigem Körpergewebe zurückgeführt werden.

Ist die Zelle unsterblich durch lebendiges Wasser?

Dr. Alexis Carrel erhielt den Nobelpreis der Medizin für seinen Beweis, dass die lebende Zelle unsterblich ist, wenn sie die richtigen Nährstoffe bekommt und alle schädlichen Rückstände beseitigt werden.

Prof. Dr. Claude Vincent hat zwischen 1950 und 1970 als qualifizierter Hydrologe und Staatsbeamter im Auftrag der französischen Regierung den Zusammenhang zwischen der Qualität des Trinkwassers und der Sterblichkeit der Bewohner erforscht. Das Ergebnis seiner Untersuchungen war verblüffend, denn je reiner das Trinkwasser in den untersuchten Regionen war, desto stärker wirkte sich der positive Effekt auf die Gesundheit und die Lebensdauer der Bewohner aus.

In allen Regionen, in denen die Erkrankungshäufigkeit und damit auch die Sterblichkeit hoch war, fand Prof. Dr. Vincent ein Trinkwasser vor, das mit so vielen Substanzen belastet war, dass diese den Menschen als Biofilter überlastet hatten.

Ohne ausreichend aufnahmefähiges, also reines Wasser, ist eine richtige Ernährung der über 80 Billionen Zellen in unserem Körper sowie die Ausscheidung des anfallenden zellulären Abfalls nicht optimal möglich.

Bei dieser Bedeutung des Wassers muss auch zwangsläufig auf die Qualität des Trinkwassers geachtet werden. Denn wie die bisherige Dokumentation zeigt, ist das Wasser für uns ein unermüdliches Arbeitsmedium.

Wie muss ein optimales Trinkwasser beschaffen sein? Einfach so, wie es unsere Vorfahren stets in der Natur vorgefunden haben: Rein, mineralstoffarm und mit voller Energie, so wie ein richtig gutes, unbelastetes Quellwasser eben ist.

Aber von diesen guten Quellen findet man heute nur noch eine Handvoll über unseren ganzen Globus verteilt.

Suche nach einem Ausweg aus diesem Dilemma

Mir ist dieser unhaltbare und unakzeptable Zustand vor ca. 12 Jahre, nach langer und schwerer Krankheit, bewusst geworden und hat zu dem Entschluss geführt, nach einem praktikablen Ausweg aus diesem Dilemma zu suchen.

Erste Erkenntnis war, dass es ursprünglich nur eine einzige Trinkwasserqualität gab, die die Natur zur Verfügung gestellt hat, nämlich dieses gute, unbelastete mit reichlich Energie geladene Quellwasser.

Die Menschen haben uns dann alle erdenkliche Mühe gegeben, dieses reine Lebenselixier bei jeder Gelegenheit mit den unmöglichsten Stoffen zu verschmutzen. Heute ist es so sehr verschmutzt, dass es nur noch Brauchwasser abgibt. Es ist ganz sicher kein biologisch gutes, reines und energiegeladenes Lebensmittel mehr, dass der Körper so dringen zur optimalen Aufrechterhaltung seiner Lebensvorgänge benötigt.

Meine Überlegung war, dass alles, was vorwärts geht, sich auch umkehren lässt.

So entwickelte ich gemeinsam mit einem befreundeten Fachkreis ein Verfahren, mit dem es sehr leicht möglich ist, diese Verunreinigungen wieder aus dem Trinkwasser zu entfernen und das Lebenselixier Nummer eins wieder mit reichlich natürlicher Energie aufzuladen.

Gerne stehe ich Ihnen für weitere Informationen über meine Erkenntnisse zur Verfügung.

Autor: Michael Sbresny
Tel.: 06196/888 492, info@revitalplus.de