STUDI

MINERALSTOFF KRIAGT DA MENSCH DURCH FESTE NAHRUNG, NED DURCH MINERALWASSA! Um d'Bedeutung vom Trinkwassa als Mineralstoffquöin z'untersuchen, wurden vom Prof. Dr. H. Heseker im Rahmen vo ana so genannten ...

MINERALSTOFF KRIAGT DA MENSCH DURCH FESTE NAHRUNG, NED DURCH MINERALWASSA!

Um d'Bedeutung vom Trinkwassa als Mineralstoffquöin z'untersuchen, wurden vom Prof. Dr. H. Heseker im Rahmen vo ana so genannten Verzehrstudie 216 bundesdeutsche Trinkwässer und 234 Mineralwässer auf ihre Kalzium-, Magnesium-, und Natriumgehalte untersucht. Do san d'Ergebnisse im Einzelnen:

CALCIUM: Da Calziumgehalt vo Mineralwassa liegt durchschnittlich bei 117,0 Milligramm pro Liter. D'Bioverfügbarkeit vo Calzium aus Trinkwassa liegt bei durchschnittlich 35 %. Des bedeutet, um'n Tagesbedarf an Calzium vo 1.000 Milligramm pro Tag z'decken, müsst a Mensch mindestens 8,5 Liter Mineralwassa trinken - theoretisch. Rechnet man no d'Bioverfügbarkeit ein, liegt d'erforderliche Trinkmenge sogar bei über 20 Liter. Zum Vergleich: Zwei Scheibn Emmentaler (=100g) decken bereits'n Tagesbedarf an Calcium von am Erwachsenen.

MAGNESIUM: Ähnlich zeign si d'Verhältnisse bei Magnesium. Um'n Tagesbedarf an Magnesium vo 400 Milligramm durch Wassa z'decken, müsst a Mensch 10 bis 19 Liter Mineralwassa trinken, da Mineralwassa durchschnittlich nur 40 Milligramm Magnesium pro Liter enthält.

"Da Mineraliengehalt in Mineralwassa hot also für'n nötigen Mineralienhaushalt vo'n Menschen keinerlei Bedeutung", so d'Erkenntnis vo da Studie.

Mineralwassa aus'n Flaschn is trotzdem des Lieblingsgetränk vo'n Deutschen, denn viele habn d'Vurstellung, Mineralien aus Mineralwassa seien besonders "gsund". Um diese irrtige Vurstellung in'n Köpfen vo'n Verbraucher z'schaffen, zaht d'Getränkeindustrie Millionen für Bus- und Trambschriftungen, Plakatwände, Radio-, Zeitungs-, TV-Werbung und vieles mehr. D'intensive Berieselung vo'n Marketingabteilungen vo da Industrie zeigt Wirkung: D'Verbraucher zahlln pro Joahr ca. 21 Milliarden Euro für d'verpackten Getränke vo da

Industrie!

Wer dagegen a Studie wie d'vom Wissenschaftsteam vom Prof. Heseker aus Paderborn ausfindig mochn möchte, sollte scho vo irgendwoher vo ihrer Existenz erfahn haben und möglichst'n genauen Titel, sunst is sie nur schwer z'finden. D'Tatsache, dass jemand'n "wertvollen Gehalt" vo Mineralstoffen in seine Wasserflaschn auf Busse druckt, kann bestenfalls'n Luftwiderstandswert vom Bus verbessern, aber ned d'Fähigkeit vom menschlichen Körper, Mineralien aus Mineralwassa aufzunehmen.

Wissenschaftliche Erkenntnisse und Aussagen wie d'aus da Studie vom Prof. Dr. Heseker san aus'n Sicht vo da Industrie eher gschäftsschädigend. Er und sein Team sogn ganz klar: "D'mit Abstand wichtigste Mineralstoffquöin in da Nahrung vom Menschen san feste Nahrungsmittel!"

It's good.
to be truu.