ИССЛЕДОВАНИЕ

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА ЧЕЛОВЕК ПОЛУЧАЕТ ИЗ ТВЕРДОЙ ПИЩИ, А НЕ ИЗ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДЫ! Чтобы изучить значение питьевой воды как источника минеральных веществ, проф. др. Х. Хезекер провел так называемое...

МИНЕРАЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА ЧЕЛОВЕК ПОЛУЧАЕТ ИЗ ТВЕРДОЙ ПИЩИ, А НЕ ИЗ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДЫ!

Чтобы изучить значение питьевой воды как источника минеральных веществ, проф. др. Х. Хезекер провел в рамках так называемого исследования рациона питания анализ 216 питьевых вод Германии и 234 минеральных вод на содержание кальция, магния и натрия. Вот результаты в отдельности:

КАЛЬЦИЙ: Содержание кальция в минеральной воде в среднем составляет 117,0 миллиграмма на литр. Биодоступность кальция из питьевой воды составляет в среднем 35 %. Это означает, что чтобы удовлетворить суточную потребность в кальции в 1.000 миллиграммов в день, человеку пришлось бы пить минимум 8,5 литра минеральной воды - теоретически. Если учесть еще биодоступность, то требуемое количество питья составляет более 20 литров. Для сравнения: два ломтика эмменталя (=100 г) уже удовлетворяют суточную потребность взрослого человека в кальции.

МАГНИЙ: Аналогичная ситуация и с магнием. Чтобы удовлетворить суточную потребность в магнии в 400 миллиграммов за счет воды, человеку пришлось бы пить от 10 до 19 литров минеральной воды, поскольку минеральная вода содержит в среднем только 40 миллиграммов магния на литр.

"Таким образом, содержание минеральных веществ в минеральной воде не имеет никакого значения для необходимого минерального баланса человека", таков вывод исследования.

Минеральная вода в бутылках тем не менее остается любимым напитком немцев, так как многие имеют представление, что минеральные вещества из минеральной воды особенно "здоровы". Чтобы создать это ошибочное представление в головах потребителей, индустрия напитков тратит миллионы на надписи на автобусах и трамваях, рекламные щиты, радио-, газетную, телевизионную рекламу и многое другое.

Интенсивная реклама маркетинговых отделов промышленности дает результаты: потребители платят ежегодно примерно 21 миллиард евро за упакованные напитки промышленности!

Если же кто-то хочет найти такое исследование, как исследование научной группы проф. Хезекера из Падерборна, он должен уже как-то узнать о его существовании и, желательно, знать точное название, иначе его будет очень сложно найти. Тот факт, что кто-то печатает "ценное содержание" минеральных веществ в своих бутылках с водой на автобусах, в лучшем случае может улучшить аэродинамическое сопротивление автобуса, но не способность человеческого организма усваивать минеральные вещества из минеральной воды.

Научные открытия и утверждения, такие как из исследования проф. др. Хезекера, с точки зрения промышленности скорее наносят вред бизнесу. Он и его команда говорят совершенно ясно: "Наиболее важным источником минеральных веществ в рационе человека являются твердые продукты питания!"

It's good.
to be truu.