Verlust vo Zöllwassa, runzligs Haut, Entzündungen etc. durch "Speisesalz"

De "Warner" vor zu vui Salz redn in da Regel vo Industriesalz, also dem Koch-, "Speise"- oda Tafelsalz im Supermarkt. Industriesälze san raffinierte Sälze, die zu 99,99% aus Natriumchlorid bestünd. ...

De "Warner" vor zu vui Salz redn in da Regel vo Industriesalz, also dem Koch-, "Speise"- oda Tafelsalz im Supermarkt. Industriesälze san raffinierte Sälze, die zu 99,99% aus Natriumchlorid bestünd. Industriesälze durchlaafn an chemischn Reinigungsprozess. Bei diesm Prozess werdn dem Natursalz Mineralien und Spurenelemente entzong. Übrig bleibts bloß Natrium und Chlorid. Für'n Gebrauch als Speisesalz wird's meistns no mit Rieselhuifn wie Magnesiumcarbonat (E504) oda Calciumcarbonat (E170) oda Aluminiumhydroxid (E551) versetzt. Zusätze wie Jod, Fluor oda Folsäure werdn oft dazua geben.

Des Speisesalz, des mir in dn Regaln vo da Lebensmittelmärkt findn, des is übrigens bloß ca. 0,3% vo dn raffiniertán Industriesälzn. 93-94% vo dene Sälzn werdn zur Herstellung vo Plastik, Mineralöl, als Weichmacher etc. benötigt. Dn Rest brauchd de Lebensmittelindustrie zur Haltbarmachung vo Lebensmittln, denn Natriumchlorid is so aggressiv, dass's Mikrobn zuvörlässig tötet.

Da Peter Ferreira, der hod sich mit anem höchst beandruackndn, 4,5 Stundn Vortrag zum Thema Wassa und Salz bei Youtube sowie auf verschiedenan Webseiten an Denkmal gsetzt. Er is übazeugt, in unserem Essn hod des Koch- bzw. des sogn "Speise"-salz aufgrund seiner Aggressivität nix zum Suachn. Für unsare Zölla sei Natriumchlorid genau so a Gift, des der Körper bekämpft, indem er sich bemüht's so schnö wie mög loszuwerdn oda zummindest neutral zu stöhn.

De Nieren seien fähig 5-7 Gramm NaCl am Tog auszscheidan. Doch bekommen mir in da westlichn Wölt durch industriegefertigte Produkte, also quasi vasteckt, im Durchschnitt 12-20 Gramm Salz pro Tog zuafüahrt. Wos da Körper nit ausscheidan ko, des muss er neutral stöhn. Für die Neutralstellung benötig er sein "allerbests Wassa" also genau jenes Zöllwassa, des er sich, wie in unserem Beitrag über Aquaporine und Zöllwassa beschrieben, mühsam zöllverfügbar gränigt hod. Da Körper muss des 23fache vo diesm kostbarn Zöllwassa verwentn, um jeds Gramm Natriumchlorid zu neutralisieran (zu bindn), des nit über de Nieren ausgeschiedn werdn ko. Des Resultat: De Zelle dehydriert. Eins vo de siachtboarn Zeichen is runzligs Haut.

It's good.
to be truu.