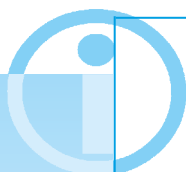




Lebendiges Wasser ist ein wirksames Heilmittel gegen allerlei Beschwerden.

# Wasser – die Apotheke für Körper und Geist



## Zum Weiterlesen:

Tichy, A.: Lebendiges Wasser – Quell der Gesundheit, Quell Edition, ISBN 978-3-9812667-0-2, Preis: 19,90 Euro.

## Im Internet:

Allgemein:

- [www.heilwasser.com](http://www.heilwasser.com)
- [www.zdf.de](http://www.zdf.de) (Mediathek, Stichwort Mineralwasser)

Weitere Informationen zu lebendigem Wasser und vielen Quellen:

- [www.kraftort.org](http://www.kraftort.org)
- [www.heilige-quellen.de](http://www.heilige-quellen.de)
- [www.sensorik-test.info](http://www.sensorik-test.info)

»Wasser ist eine einfache und äußerst wirkungsvolle Medizin«. Mit dieser Quintessenz machte Dr. Fereydoon Batmanghelidj (1931–2004) Mitte der 1990er Jahre Furore. In seinem Buch »Wasser – die gesunde Lösung« beschrieb der iranische Arzt eine Reihe von Krankheiten, gegen die das Trinken einer ausreichenden Menge Wassers hilft: von Herzbeschwerden über Verdauungsstörungen bis hin zur Migräne. »Sie sind nicht krank – Sie sind durstig« lautete die Diagnose bei vielen seiner Patienten.

Doch Wasser ist nicht gleich Wasser. Neben herkömmlichem Mineralwasser (Absatz 2010 in Deutschland: 12 Milliarden Liter), Quell- und Tafelwasser finden gesundheitsfördernde Heilwässer seit einigen Jahren hierzulande wieder mehr Anhänger. 2010 wurden etwa 100 Millionen Liter aus 40 verschiedenen Quellen in Flaschen abgefüllt.

## Schon Goethe und Schiller schätzten Heilwässer

In früheren Zeiten spielten Heilwässer eine noch wesentlich größere Rolle als heute. Zwar hatte sich Hippokrates eher abfällig geäußert und sie als »salzige, harte und austrocknende Wässer« bezeichnet. Doch die um 1500 v. Chr. erbaute Brunnen-Einfassung der Mauritius-Quelle im schweizerischen St. Moritz zeugt davon, dass be-

reits in der Bronzezeit die Menschen Heilquellen nutzten. Gesichert ist, dass im 2. Jahrhundert n. Chr. der römische Arzt Galen Heilwässer für Trinkkuren verordnete. Große Beliebtheit erlangten Heilwässer im Mittelalter. Auch Goethe und Schiller schätzten die körperlichen und seelischen Wohltaten von Trink- und Badekuren. Im 19. Jahrhundert begann man, die Quellen systematisch auf ihre Inhaltsstoffe zu untersuchen. Heute sind Heilwässer analysiert, ihre Wirkungen wissenschaftlich nachgewiesen. Als Heilwässer gelten solche Wässer, die pro Liter mindestens ein Gramm gelöste Mineralbestandteile enthalten. Gleichzeitig müssen Heilwässer strenge hygienische Kriterien erfüllen. Per Arzneimittelgesetz gelten in Flaschen abgefüllte Heilwässer in Deutschland als zulassungspflichtige Arzneimittel – Wirksamkeit, Unbedenklichkeit und Qualität müssen amtlich bestätigt werden. Heilwässer werden vielerorts als »Geschenk der Natur« bezeichnet. Sie entstammen unterirdischen Quellen und sollen helfen, die Gesundheit zu fördern.

## Wasser belebt den Stoffwechsel

Heilwässer können unmittelbar auf die Verdauung, auf den Säuregehalt des Magens, auf die Nährstoffaufnahme oder die Nierentätigkeit wirken. Langfristig kann eine Heilwasserkur (Anwen-

derung über mindestens vier bis sechs Wochen) den Stoffwechsel beeinflussen und das Organsystem stärken. Heilwässer können in der Regel bedenkenlos täglich auch in größeren Dosierungen getrunken werden. Ausnahmen sind Patienten mit Herz- und Nierenschwäche, die vorsichtig mit größeren Flüssigkeitsmengen sein müssen, sowie Bluthochdruck-Patienten, für die Heilwässer mit hohem Kochsalzgehalt (Natriumchlorid) meist ungeeignet sind. Da jede Quelle über eine unterschiedliche Zusammensetzung von Mineralien und Spurenelementen verfügt und bei jedem Patienten ein unterschiedlicher Gesundheitszweck verfolgt wird, ist die Auswahl des »richtigen« Wassers nicht immer ganz einfach. Aufschluss gibt das Etikett auf der Flasche, das über Zusammensetzung, Anwendungsgebiete, Trinkempfehlungen und Gegenanzeigen informiert. Mineralien liegen allerdings im Wasser zumeist in anorganischer Form vor und können daher vom Körper nur bedingt aufgenommen werden. Sind in einem Wasser – wie bei den Heilwässern – sehr viele Mineralien gelöst, verbleiben wenige Kapazitäten, um Schlacken aufzunehmen. Über einen längeren Zeitraum hinweg kann dies sogar dazu führen, dass sich die im Wasser gelösten Mineralien oder nicht abtransportierte Schlacken im Gewebe oder den Gelenken ablagern. Naturheilkundige gehen davon aus, dass die Heilwässer am besten wirken, wenn sie direkt an der Quelle getrunken werden.

### Belastetes Wasser

Laut Mineralwasserverordnung von 2004 hat natürliches Mineralwasser »seinen Ursprung in unterirdischen, vor Verunreinigungen geschützten Wasservorkommen«, »ist von ursprünglicher Reinheit« und »frei von Krankheitserregern«. So wurden Abbauprodukte von gefährlichen Pestiziden in Mineralwasser nachgewiesen – und zwar in Mengen, die nicht selten über dem in der »Allgemeinen Verwaltungsvorschrift über die Anerkennung und Nutzung von natürlichem Mineralwasser (AVV)« festgelegten Orientierungswert von 0,05 Mikrogramm pro Liter lagen.

Jährlich wandern etwa 25 000 Tonnen Arzneimittel allein in Deutschland in die Toilette und gelangen über die Kanalisation in den Wasserkreislauf. Ein großes Problem sind beispielsweise die Rückstände der Antibabypille, der Chemotherapie oder der oft wahllose Einsatz von Antibiotika im Human- und Veterinärbereich. Die Trinkwasserverordnung erfasst längst nicht alle bedenklichen Substanzen. Derzeit gibt sie nur für 33 schädliche Stoffe Grenzwerte vor – und wiegt uns damit in scheinbarer Sicherheit. Allein in Europa gibt es mehr als 100 000 synthetische Chemikalien, die zum Großteil ins Wasser geraten und zur Gefahr für Mensch und Tier werden können.

Das belastete Wasser sickert aus den Kläranlagen in die Böden und ins Grundwasser. Eine Trinkwasserverordnung, die Medikamentenrückstände berücksichtigt, gibt es noch nicht. Auch erhöhte Süßstoffgehalte (bis zu 20-fach über den Orientierungswerten), die über menschliche Ausscheidungen ins Wasser gelangt sind, wurden gefunden. Dazu kommen Verschmutzungen aus der Luft durch Abgase aus dem Straßen- und Luftverkehr sowie durch immer höhere CO<sub>2</sub>-Emissionen aus den Schornsteinen von Privathaushalten und der Industrie.

Uran, das ab gewissen Konzentrationen potenziell giftige Schwermetall, das natürlich in unserer Umwelt vorkommt und dem wir tagtäglich in geringer Konzentration ausgesetzt sind, ist in einigen Wässern überdurchschnittlich stark vorhanden und kann zu Nierenschädigungen führen. Festgelegte Grenzwerte wie etwa für Arsen und Blei gibt es bislang nicht, jedoch sagt das Umweltbundesamt, der Uranwert pro Liter Trinkwasser dürfe zehn Mikrogramm nicht überschreiten, das Bundesinstitut für Risikobewertung empfiehlt für die Zubereitung von Säuglingsnahrung Wasser mit einem Grenzwert von unter zwei Mikrogramm. Je nach geologischen Gegebenheiten variiert der Urangehalt im Grundwasser in Deutschland jedoch von ein bis 100 Mikrogramm pro Liter; im Fichtelgebirge, im Odenwald, im Spessart, im Rheinischen Schiefergebirge oder im Thüringer Becken ist er besonders hoch. Ökotox



© St. Leonhards

Wasser ist nicht gleich Wasser. Wählen Sie bewusst aus und achten Sie auf die Zusammensetzung.

hat auch Wässer ermittelt, deren Urangehalt über zehn Mikrogramm lag. Nach dem heutigen Stand der Wissenschaft ist eine gesundheitliche Gefährdung durch geringe Mengen des im Mineralwasser bzw. Quellwasser vorkommenden Urans nicht nachweisbar. Es ist durchaus denk-



## Sensoriktest zum bewussten Verkosten und Schmecken von Wasser

*»Der Mensch selbst, so er sich der gesunden Sinne bedient, ist das größte physikalische Gerät.«*

Johann Wolfgang von Goethe

- Besorgen Sie sich unterschiedliche Wässer und verkosten Sie diese wie bei einer Weinprobe.
- Besonders wichtig ist es, die Wässer bei Zimmertemperatur zu probieren, denn Kälte beeinträchtigt die Geschmacksnerven. Kalt schmecken alle Wässer scheinbar gut.
- Schmecken Sie das Wasser – ähnlich wie bei Wein – mit Aufmerksamkeit im ganzen Mund.
- Das Wasser sollte leicht, kraftvoll und auch ohne Kohlensäure erfrischend sein.
- Das Wasser, das weich schmeckt, im Mund quasi aufquillt und sich so gut wie von alleine trinkt, ist das für den Verkoster richtige.
- Wasser, das weniger geeignet ist, lässt sich nur mit bewusster Anstrengung trinken.



© St. Leonhards

Regelmäßig getrunzene Heilwässer beeinflussen unser Wohlbefinden.

bar, dass ähnlich dem Selen eines Tages die Bedeutung dieses Schwermetalls von der Medizin anders bewertet wird. Es wird heute wissenschaftlich diskutiert, ob natürliches Uran als Spurenelement für den menschlichen Organismus wichtig sein kann.

Belastet sind häufig auch Wässer in PET-Einwegflaschen. Dies liegt nicht an der Quelle oder den Böden, sondern an der Verpackung, die Acetaldehyd absondert, das ins Wasser gelangt. Die gefundenen Konzentrationen gelten zwar nicht als gesundheitsschädlich, doch in hoher Konzentration gilt Acetaldehyd als krebs-erregend. Die Empfehlung lautet daher, bei regelmäßigem Wasserkonsum möglichst auf PET-Einwegflaschen zu verzichten. Glasflaschen sind die beste Verpackung für Wasser – sie schützen das kostbare Gut vor Verunreinigungen von außen und geben selber keine Schadstoffe ab.

### »Lebendiges« Wasser

Genauso wie Wasser nicht gleich Wasser ist, sind auch Heilwässer von unterschiedlicher Herkunft und Beschaffenheit. Während der eingangs erwähnte iranische Arzt Fereydoon Batmanghelidj davon ausging, dass die Qualität des getrunkenen Wassers nur eine untergeordnete Rolle spielt, haben Wasser-Experten wie Dr. Noemi Kempe vom Institut für Biosensorik und Bioenergetische Umweltforschung (IBBU) in Graz herausgefunden, dass die Qualität des Wassers

durchaus einen Unterschied macht. Denn »lebendiges Wasser« kann noch viel wirkungsvoller als aufbereitetes Wasser den Körper in seinem Heilungsprozess unterstützen. So müssen Befindlichkeitsstörungen gar nicht erst aufkommen, die später eventuell in ernsthafte Erkrankungen münden.

Was ist also unter »lebendigem Wasser« zu verstehen? Wasser-Forscher haben recht genaue Vorstellungen davon, was die »Lebendigkeit« ausmacht. Für den Wasser-Forscher Viktor Schauberger hat Lebendigkeit zunächst viel mit seiner »Reife« zu tun. Ein »reifes« Wasser sprudelt aus eigener Kraft aus dem Boden. Es steigt zum Teil aus großen Tiefen von selbst aus dem Erdreich. In dieser Hinsicht lässt sich lebendiges Wasser durchaus mit lebendigen Organismen vergleichen: Wie der Mensch neun Monate braucht, um seine volle Lebensenergie bei der Geburt zu entfalten, so braucht auch Wasser Zeit, bis es seine Eigenschaften vollständig entwickelt. Peter Ferreira, Biophysiker und Bestseller-Autor (»Wasser und Salz«) setzt die Lebendigkeit eines Wassers mit seinem Informationsgehalt gleich. Die Informationen im Wasser geben dem menschlichen Körper Heilimpulse. Und Dr. René Hirschel, Umweltmediziner aus Günzburg, erklärt »Lebendigkeit« mit der Energie, die sich durch die Anzahl negativ geladener Elektronen im Wasser messen lässt. Sie spielen bei der Aktivierung und Entsäuerung des Körpers eine wichtige Rolle.

### Wasser in der Krebsmedizin

Lebendiges Wasser wirkt wie ein Antioxidanz. Es vermag freie Radikale zu reduzieren. Diese Eigenschaft ist Elektronen im Wasser zu verdanken. Sie liefern den freien Radikalen negativ geladene Teilchen zur Bindung, die sich die Radikale ansonsten von den Körperzellen rauben würden. Lebendiges Wasser stillt messbar dieses Elektronen-Defizit im Körper. Der Krebsarzt Dr. Axel Weber etwa weist mithilfe eines physikalischen Geräts nach, dass die Belastung durch freie Radikale bei den Patienten durch das Trinken von lebendigem Wasser deutlich zurückgeht.

Lebendiges Wasser eröffnet ganz offensichtlich in der Prophylaxe und Behandlung von Krebs neue Möglichkeiten. Seit Herbst 2010 experimentiert Weber in seiner Klinik Marius am Stein mit lebendigem Wasser. Zunächst probierten die Patienten im sogenannten Sensoriktest sieben Sorten der lebendigen Wässer der St. Leonhards-Betriebe. Das Wasser, das am weichsten schmeckte und sich so gut wie von alleine trank, wurde in der Folge in der Therapie des jeweiligen Patienten innerlich und äußerlich angewendet. Patientinnen mit offenem Brustkrebs tranken täglich jeweils 1,5 Liter des von

## Auswahlkriterien für ein gutes Heilwasser

- Prüfen Sie den Mineralstoffgehalt des Wassers. Die Zusammensetzung der einzelnen Wässer ist sehr unterschiedlich. Trinken Sie über einen längeren Zeitraum nur Wässer, die ihrer gesundheitlichen Situation entsprechen. Halten Sie gegebenenfalls Rücksprache mit Ihrem Arzt.
- Wasser soll schmecken. Probieren Sie verschiedene Wässer aus und entscheiden sich für das Wohl-schmeckendste – natürlich nur für das, dessen Mineralstoffgehalt Ihrer gesundheitlichen Situation entspricht.
- Trinken Sie möglichst lebendiges Wasser.
- Lassen Sie nur probeweise eine Flasche des Mineralwassers Ihrer Wahl zehn Tage offen bei Zimmertemperatur stehen – wenn es dann noch gut schmeckt, ist ein Qualitätsmerkmal erfüllt.
- Das Wasser soll frei von Pestizidmetaboliten oder sonstigen Schadstoffen sein.
- Der Urangehalt im Wasser soll zehn Mikrogramm nicht überschreiten.
- Ideal ist es, eine Quelle in Ihrer Nähe zu finden, wo Sie Wasser direkt in Glasflaschen abfüllen können.
- Verwenden Sie Glasflaschen. PET-Einwegflaschen sondern häufig Acetaldehyd ab.

ihnen ausgewählten Wassers. Außerdem bekamen sie mit dem Wasser getränkte Kompressen drei bis viermal täglich auf die Brust gelegt. Die eitrigen Absonderungen des Tumors und die Geruchsentwicklung gingen deutlich zurück. Der verblüffende Effekt lässt sich mit der molekularen Struktur erklären: Lebendige Wässer haben im Vergleich zu normalen eine kleinere Cluster-Struktur. Die kleinen Cluster schließen sich wie eine Schutzhülle um den Keim, kapseln ihn praktisch ab und isolieren ihn. Keime können sich damit nicht vermehren, sondern gehen sogar mit der Zeit zurück. Daher hat lebendiges Wasser eine bakterienhemmende Wirkung.

Auch für die innerliche Anwendung hat diese Struktur Vorteile: Durch seine feinen Cluster dringt das Wasser besser in die Zelle ein und fördert die Ausscheidung von Schadstoffen und Giften.

Wissenschaftlich gesicherte Erkenntnisse in Form von qualitativ hochwertigen Studien sind verständlicherweise selten; solche Studien werden vor allem im Zusammenhang mit der Neueinführung teurer Medikamente vorgenommen. Zahlreiche Untersuchungen haben aber zumindest Effekte bzw. Zusammenhänge zwischen einzelnen Mineralien und onkologischen Erkrankungen aufzeigen können. Kalzium etwa hat in verschiedenen Studien seinen knochenstärkenden Einfluss belegt, und auch gezeigt, dass Frauen bei regelmäßiger Zufuhr von bis zu 1300 mg täglich ein insgesamt niedrigeres Krebsrisiko hatten und Männer seltener an Krebs der Verdauungsorgane erkrankten. Ähnliches gilt für Magnesium, das Frauen und Männer gleichermaßen vor Darmkrebs schützen soll. Im Krankheitsfall eignet sich Heilwasser bei vielen Menschen als unter-



Die Natur liefert viele hauseigene Heilmittel  
– Wasser ist eines davon.

stützende Maßnahme, die das Wohlbefinden steigert und Körperfunktionen stärkt. ■

Text: Dr. György Irmey und  
Uwe Groenewold