

## Pure Water: wetens'water'heden

Onder deze noemer zullen we inzicht verschaffen in de waarde van water voor het menselijk lichaam en onze omgeving. Water is misschien wel één van de veelzijdigste voedingsbestanddelen die wij kennen. Niet alleen heeft het zelf, in pure vorm, het vermogen om ons lichaam te ondersteunen, het heeft tevens de eigenschap – mits in zuivere vorm – dat het de werking van andere voedingssupplementen ondersteunt en versterkt.



### Water: waarom zo belangrijk?

Water is een bijzondere stof. Alle bekende levensvormen zijn er van afhankelijk. Water vormt het hoofdbestanddeel van de cel, de bouwsteen van alle levende wezens. Het maakt 70% uit van het menselijk lichaam. Water bevindt zich niet alleen in onze lichaamscellen, maar ook in de ruimte tussen de cellen, in het bloed en de lymfevloeistof. Water dankt zijn bijzondere rol in alle levende wezens aan zijn groot oplossend vermogen. Daardoor kan water

veel stoffen tegelijk herbergen, binnen het organisme een plaats geven of door zijn vloeibaarheid verplaatsen. Verplaatsing van opgeloste stoffen is voor het functioneren van het lichaam essentieel. De lichaamscellen moeten immers zuurstof en voedingsstoffen kunnen opnemen en de afvalstoffen, die bij de processen binnen de cel ontstaan, weer kwijtraken.

Het menselijk lichaam beschikt over een aantal systemen om deze afvalstoffen kwijt te raken. Gasvormige afvalstoffen ademen we via onze longen uit. Sommige afvalstoffen scheiden we via ons spijsverteringskanaal uit, maar de belangrijkste weg waarlangs we schadelijke stoffen uit ons lichaam verwijderen, is via de nieren. Deze bevatten vele minuscule filters, die het bloed reinigen. De schadelijke stoffen worden dan – alweer – opgelost in water en als urine uitgescheiden. Om de reiniging in het lichaam goed te laten verlopen, is dus water nodig. Per dag verliest een mens zo'n 2 á 2,5 liter water in de vorm van urine, transpiratievocht, adem en ontlasting.

Die hoeveelheid vocht dient iedere dag opnieuw te worden aangevuld. Een deel van onze waterbehoefte dekken we door waterrijk voedsel te eten, voor het overige door te drinken. In zijn leven drinkt een mens al gauw zo'n 25.000 tot 30.000 liter water.

### Het belang van zuiver water

Om werkelijk te kunnen profiteren van het reinigend vermogen van water in ons lichaam is het wel van belang dat het water dat we drinken, **zuiver is**. Juist door het groot oplossend vermogen van water is het beschikken over zuiver water niet zo vanzelfsprekend. Er komen namelijk altijd wel opgeloste stoffen in voor, of er leven micro-organismen in. Hierdoor is leidingwater ongeschikt voor consumptie. De bekende Franse bacterioloog Louis Pasteur heeft eens gezegd: "**Wij drinken 90% van onze ziekten.**" In de jaren 30 van de vorige eeuw deed de Engelse arts dr. Robert Me Garrison onderzoek bij de Hunza's, een volk dat hoog in het Himalaya-gebergte leeft en dat in het geheel geen ziekte kent. Deze mensen bereiken moeiteloos een leeftijd van 100 tot 130 jaar. Dr. Henri Coanda, een Roemeens wetenschapper, bestudeerde naast deze Hunza's nog een aantal volkeren die nauwelijks ziekten kenden en zeer oud werden. Deze volkeren leefden verspreid over de wereld: in Georgië, Mongolië, Equador en Peru.

Hoewel de gezondheid van de mens van meerdere factoren afhankelijk is, vond dr. Coanda bij al deze volkeren één gemeenschappelijke factor: **zij beschikken over water van een buitengewoon zuivere kwaliteit.** Dit water komt rechtstreeks uit hoger gelegen gletsjers. **Het bevat geen mineralen** en is vergelijkbaar met gedistilleerd water.

## De kwaliteit van leidingwater

Wat weten we van de kwaliteit van het consumptiewater in Nederland?

Zoals dr. S. Beernaert zei: " **water dat men zo uit de kraan tapt noemt men zuiver, maar om een accu van een auto bij te vullen is het niet bruikbaar: daarvoor is het niet 'zuiver' genoeg.**"

We weten dat de waterleidingbedrijven hun uiterste best doen om ons van betrouwbaar drinkwater te voorzien.

Dat houdt in de eerste plaats in dat het water geen ziekteverwekkende micro-organismen bevat. Hiervoor zijn verschillende methodes in gebruik. Vanouds wordt drinkwater ontsmet door de toevoeging van chloor, maar hier zijn belangrijke nadelen aan verbonden. Niet alleen smaakt het water slecht, maar bovendien wordt het in feite onzuiverder. Er worden immers geen verontreinigingen (bacteriën) uitgehaald, er wordt juist iets aan toegevoegd, nl. chloor. Dit heeft op termijn een slechte invloed op de gezondheid, zoals blijkt uit het onderzoek door prof. Vincent. Deze slechte invloed komt mede tot stand door het spontaan ontstaan van organische chloorverbindingen in het water. Van dergelijke stoffen is bekend dat ze kankerverwekkend zijn.



Meer moderne methoden om water te ontsmetten zijn gebaseerd op oxidatie van de bacteriën. Hiervoor gebruikt men ultraviolet licht of ozon. De gedode bacteriën blijven ook bij deze methode in het water aanwezig, waardoor ze bij gevoelige personen alsnog ziekteverschijnselen kunnen veroorzaken. Bovendien is er een theorie die beweert dat er in deze "bacterieelijken" virussen kunnen ontstaan die vrij kunnen komen. Dit zou de toename van virale infecties en het ontstaan van nieuwe ziekten kunnen verklaren (dr. Ir. W. Van Loock).

Behalve het probleem van de micro-organismen, kampen de waterleidingbedrijven met de van nature aanwezige mineralen in het water. Vooral de calcium- en magnesiumzouten worden als hinderlijk ervaren omdat ze bij hogere temperaturen neerslaan op leidingen en warmwatertoestellen, waardoor deze minder goed gaan functioneren en verstopt raken.

Een oplossing hiervoor is het water ontharden. Sommige mensen geloven dat het beter is het drinkwater niet te ontharden. De mens heeft immers behoefte aan magnesium en kalk. Kalk gebreksziekten als osteoporose komen heden ten dage immers veel voor. Anderen wijzen er op (ook artsen en wetenschappers) dat deze calciumzouten in het leidingwater, in het menselijk lichaam hetzelfde effect hebben als in de waterleiding: ze slaan neer en veroorzaken verstoppingen in nierbekken en bloedvaten. Bovendien is het menselijk lichaam er niet op gebouwd om dergelijke anorganische mineralen op te nemen, mineralen in ongebonden vorm rechtstreeks opnemen uit de aarde, is een proces dat is voorbehouden aan het plantenrijk. Planten nemen met hun wortelstelsel mineralen uit water op. Dieren en mensen voorzien in hun mineralenbehoefte door planten te eten waarin deze mineralen gebonden zijn.

Er zijn dus redenen om aan te nemen dat mineralen in het water schadelijk zijn voor de gezondheid. De bevindingen van dr. Coanda en prof. Vincent wijzen daarop. Volgens dr. F Morell, een Duits natuurarts, kunnen anorganische mineralen de celwandmembraan niet passeren. Ze blijven dus in het interstitieel vocht en in het bloed. Hierdoor neemt de osmotische druk in deze ruimte toe, waardoor water uit de cellen treedt. Deze osmotische uitdroging van cellen is één van de factoren die bijdragen aan de vorming van tumoren.



Tenslotte is er het probleem van de milieuvervuiling. Ieder kind in Nederland weet dat het water in onze rivieren ondrinkbaar is door de lozingen van fabrieken. Toch moeten veel waterleidingbedrijven hier betrouwbaar drinkwater van maken.

Ook in de gelukkiger streken waar men kan beschikken over voldoende grondwater, begint het probleem van de milieuvervuiling op te spelen. Vele landbouwgiften zijn inmiddels in zulke grote hoeveelheden in de grond terechtgekomen dat ze het grondwater bereiken, waardoor dit vervuild raakt. Hoewel er tegenwoordig hard gewerkt wordt om de uitstoot van schadelijke stoffen in het milieu te beperken, blijft dit nog lange tijd een probleem.

Er ontstaan elk jaar, in laboratoria en het milieu door onderlinge reacties, vele nieuwe stoffen, waarvan het effect op milieu en gezondheid onbekend is. Voor veel stoffen zijn normen opgesteld.

Drinkwater mag slechts in vaststaande hoeveelheden met deze stoffen vervuild zijn. Helaas zijn deze normen niet in alle landen even streng en bovendien is men geneigd de normen enigszins aan te passen aan de bestaande situatie, in plaats van andersom. En dan hebben we het nog niet over de zeer vele onbekende stoffen die in het oppervlaktewater aanwezig zijn. Omdat deze stoffen onbekend zijn, zijn ze ook niet meetbaar en dus kunnen er geen normen voor worden opgesteld.

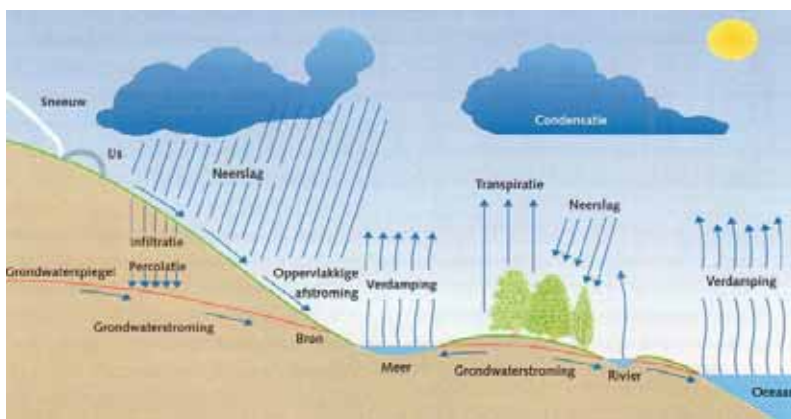
Prof. L.C. Vincent heeft na jaren onderzoek op het gebied van drinkwater, een methode ontwikkeld om op eenvoudige wijze vast te stellen in hoeverre water geschikt is voor consumptie. Hij heeft zich gerealiseerd dat het ondoenlijk is om alle in het water aanwezige stoffen op te sporen en te meten. Daarom heeft hij gekozen voor drie eenvoudig te meten waarden, die bepalend zijn voor het effect op de gezondheid van de in het water aanwezige stoffen. Deze waarden zijn: zuurgraad (pH), oxidatiegraad (rH<sub>2</sub>) en elektrische weerstand (r). De in het water opgeloste stoffen verhogen de pH (het water wordt minder zuur), verhogen de oxidatiegraad (het water is minder in staat te reinigen = oxideren) en verlagen de elektrische weerstand. Echt zuiver water, zoals dat in laboratoria wordt gebruikt (gedistilleerd water) heeft een elektrische weerstand van 30.000 Ohm of meer. Osmosewater heeft een weerstand van meer als 20.000 Ohm en "zuivere" bronwaters hebben een weerstand van meer dan 6000 Ohm. Kraanwater ligt meestal rond de 2000 Ohm, soms echter nog veel lager. Dit geeft aan dat er zeer veel stoffen in dit water zijn opgelost.

## De geschiedenis van ons drinkwater

In de voorgaande artikelen hebben we in het kort gezien hoe belangrijk water voor ons lichaam en voor onze gezondheid is. Hoe zuiverder het water is wat we nuttigen, hoe zuiverder het lichaam zelf en daarmee ook uw gezondheid is. In het volgende gedeelte zullen we zien hoe het gesteld is met de bronnen waaruit ons drinkwater gewonnen wordt. Van het totaal aanwezige water op de wereld is slechts 3% zoet. Hiervan is minder dan 1% oppervlaktewater. Juist daarop zijn wij aangewezen op de winning van drinkwater.

Ca. 65% van dit zoete, voor consumptie bestemde water wordt gewonnen uit de grond (grondwater) en ca. 35% wordt gewonnen uit rivieren en meren (oppervlaktewater).

Al het water dat er op dit moment op de wereld is, is hetzelfde als er in het begin aanwezig was. Er is geen water bijgewonnen en er is ook geen water verloren gegaan. Al vanaf het



begin beschrijft het water op de wereld een eeuwigdurende kringloop.

Dat houdt dus in dat al duizenden jaren hetzelfde water wordt gebruikt. Het water dat bijv. 200 jaar geleden verbruikt en vervuild in het toenmalige riool werd geloosd gebruiken wij thans voor consumptie.

De constante watercyclus van de natuur laat steeds

hetzelfde water rond onze planeet circuleren.

Het voor consumptie bestemde water passeert tijdens de waterkringloop vele stations. Hiertoe kunnen we o.a. rekenen: neerslag, oppervlaktewater, grondwater, waterwinning, waterzuivering, watergebruik en riool. Veel van deze stations staan onder voortdurende invloed van het menselijk bestaan en de menselijke activiteiten op aarde. Een invloed die zo sterk is dat deze zeer bepalend is voor de kwaliteit van het voor consumptie bestemde water. Denk bij het station "neerslag" maar aan de luchtverontreiniging, waardoor veel water als zure regen onze zoetwaterbronnen vult. Denk bij het station "oppervlaktewater" maar aan de veelvuldige lozingen van uiterst giftige stoffen, zware metalen, chemicaliën, koolwaterstoffen, etc. Denk bij het station "grondwater" maar aan bemesting, nitraten, herbiciden, pesticiden en insecticiden die dieper en dieper de bodem indringen. Denk bij het station "waterzuivering" maar aan de toevoeging van chemicaliën aan het water om in het water voorkomende bacteriën scheikundig te doden. En denk bij het station "watergebruik" maar aan de vele milieubelastende stoffen die met het water in het riool verdwijnen.

Reeds in 1984 meldde het New Yorker Magazine dat we door bovengenoemde invloeden een ware mengelmoes van chemicaliën in het drinkwater aantreffen die het hele alfabet omvatten. Er zijn wel 65.000 organische verbindingen die op een haast onbegrijpelijke manier met elkaar reageren en op elkaar inwerken. Hieronder vinden we talloze pesticiden, herbiciden, insecticiden, chloororganische stoffen en organische carcinogenen (samenstellingen waarvan we weten dat ze kankerverwekkend zijn en genetische afwijkingen veroorzaken), bacteriën, virussen, koortsverwekkers, radioactief afval, zwammen, detergents, natrium, hormonen, nitraten, medicijnresten en opgeloste anorganische stoffen. Er zijn ook sporen gevonden van asbest, koper, lood en arsenicum.

Waar ook het grondwater en andere reservoirs zijn onderzocht, de aanwezigheid van alarmerende hoeveelheden giftige, kankerverwekkende chemicaliën blijven opduiken. Herhaalde waarschuwingen van milieudeskundigen gedurende vele jaren zijn bevestigd door verschillende studies en verslagen van de regering.



## Oppervlaktewater



In oorlogstijd werden vroeger de drinkwaterbronnen van de tegenpartij met opzet vergiftigd, om op die manier de vijand klappen toe te brengen. Thans worden in vreedstijd de drinkwaterbronnen van buurlanden zonder aarzeling ernstig met toxische stoffen belast. De meeste rivieren zijn immers verworpen tot open riolen van industrie. Tot ca. vijftig jaar geleden was er met het oppervlaktewater nog niets fataals aan de hand.

In de Rijn viste men in het verleden nog op zalm en konden de rivieren het inkomende vuil nog verwerken door hun

zelfreinigend vermogen. Ook de waterkwaliteit van stuwwerken en spaarbekkens loopt achteruit.

Thans staan de waterleidingbedrijven voor de vrijwel onmogelijke taak om het voor de mens ronduit gevaarlijke oppervlaktewater te zuiveren tot drinkbaar water.

Het is bekend dat de Rijn al in 1980 naar ons land meebracht:

16.000	kg.	Kwik,
322.000	kg.	Arseen,
80.000	kg.	Cadmium,
890.000	kg.	Koper,
1.200.000	kg.	Lood,
8.900.000	kg.	Olie,
400.000	kg.	Fenolen,
48.000	kg.	Cholinesterase,
3.000	kg.	Hexachloorbenzeen,
4.000	kg.	Benzopyreen,
20.000	kg.	PCB's,

en zo zou de rij vervolgd kunnen worden.

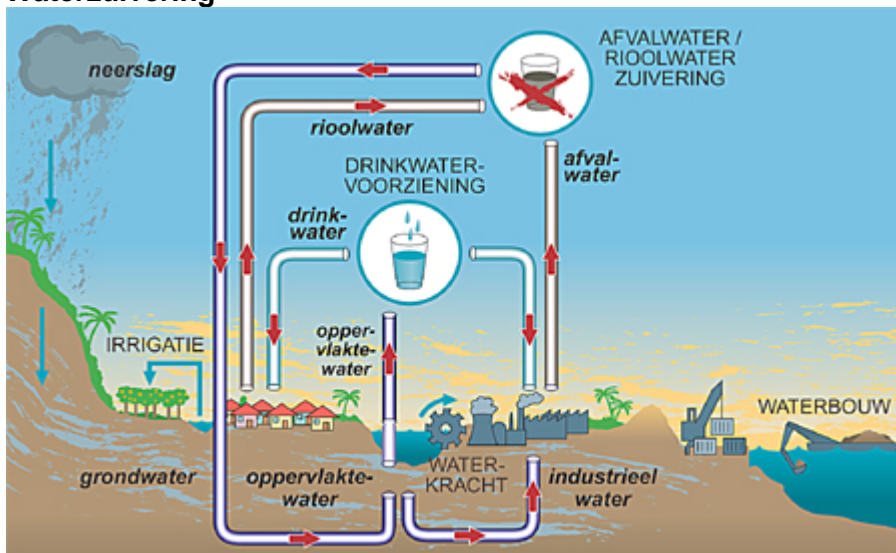
Rivierwater zal door lozingen van industrieel en stedelijk afvalwater van zoet water worden tot brak water. De riolen brengen massa's huishoudafvalstoffen, waaronder resten van medicijnen en hormoonpreparaten in de waterlopen. Zo doden onze wasmiddelen het leven in beken en sloten. De industrie loost een eindeloze waaier milieuvreemde stoffen. De afvalbergen besmetten niet alleen direct het grondwater, maar indirect ook het oppervlaktewater. Landbouwsproeistoffen (pesticiden, herbiciden, insecticiden) en meststoffen (kunstmest, drijfmest) verontreinigen de afwateringen. De industriële chemische verontreiniging onttrekt het water de broodnodige zuurstof. Water dat bij de koeling van kerncentrales werd opgewarmd, is een voedingsbodem voor de bacterie die botulisme veroorzaakt.

Men spoorde reeds 2.000 organische microverbindingen in oppervlaktewater op. In water zitten echter ook heel veel onbekende stoffen, die ook tot in het drinkwater blijken door te dringen. Dr. H.J. Kool van het Nederlands Rijksinstituut voor Drinkwatervoorziening, ontdekte in 1983 dat in elke liter drinkwater ca. 10 mg. van dergelijke verontreiniging zit.

Dr.S.M. van der Gaag van het Keuringsinstituut voor Waterleidingartikelen in Nederland zei: "Ca. 10% van de stoffen die in het rivierwater aanwezig zijn kunnen we een naam geven en voor de rest van de stoffen weten we het eigenlijk niet". Wat die stoffen voor onze gezondheid betekenen weet men dus ook niet, maar ze zitten wel in het water!

Het afvalwater van de industrie mag dan wel steeds beter gezuiverd worden, juist de gevaarlijkste stoffen blijven in het water omdat het nog te moeilijk of te duur is om ze eruit te krijgen. Aan de lijst van duizenden chemische stoffen die in water kunnen voorkomen worden er dagelijks vele nieuwe toegevoegd zonder hun precieze uitwerking te kennen, zeker niet in combinatie met de al aanwezige stoffen. Men loost zonder te beseffen wat en wanneer iets gevaarlijk is. Dat men dikwijls uit dit moordende water nog drinkwater kan brouwen is een gigantische prestatie.

## Waterzuivering



Velen, zo niet massa's mensen, zijn in de veronderstelling dat het water na zuivering door de waterleidingbedrijven veilig is voor de gezondheid. Men wordt hierin veelal gesterkt door informatie die regelmatig door de brievenbus glijdt over ons "beste" drinkwater. Er wordt dan verwezen naar de

zuiveringsprestaties. Voor de zuivering van water gelden immers normen en daar voldoen de meeste waterleidingbedrijven ruimschoots aan. Het drinkwater wordt daarom ronduit goed en veilig voor de gezondheid genoemd. De gewone burger weet echter weinig van de politiek achter en de effectieve waarde van de huidige waterzuiveringsnormen.

Een aantal feiten op een rijtje:

De drinkwaternormen zijn slechts vastgesteld op grond van de financieel en technisch haalbare mogelijkheden van zuivering en niet op basis van de optimale gezondheidsnormen. Diverse medici drinken om die reden geen kraanwater meer en in veel ziekenhuizen en verzorgingscentra is het al een gewoonte om leidingwater niet langer als drinkwater te gebruiken. Er gaan grote economische belangen schuil achter deze problematiek, sommige zaken worden zelfs op hoger niveau angstvallig geheim gehouden. Immers, als de zuiveringsnormen bijgesteld zouden worden naar gezondheidscriteria, dan zouden veel industriële totaal nieuwe, onbetaalbare zuiveringsinstallaties moeten laten bouwen voor het afvalwater dat men loost, hetgeen zou leiden tot een vlucht van deze economiebepalende giganten naar landen waar minder strenge zuiveringsnormen gelden. En dit voorkomt een overheid kennelijk liever dan dat zij vasthoudt aan zo hoog mogelijke maatstaven ten behoeve van de volksgezondheid. Om die reden worden deze zaken nooit breed in de media onder de aandacht gebracht en wordt er zo positief mogelijk over ons drinkwater geschreven.

Vooral het feit dat het drinkwater in Nederland zoveel zuiverder van kwaliteit is dan in de meeste andere Europese landen wordt daarbij veelvuldig als bekrachtigend motief aangevoerd. Daaruit valt wel af te leiden hoe schadelijk het leidingwater in die landen voor de gezondheid is, maar niet hoe goed dat dit in Nederland is.

Vanuit watervoorziening reservoirs wordt het water getransporteerd naar plaatselijke waterleidingbedrijven voor verdere behandeling of filtering. Indien nodig worden daar chloor, ammonia en ander stoffen aan het water toegevoegd om bacteriën en ziektes die door water overgebracht worden (zoals tyfus en cholera) uit te bannen. Wetenschappers hebben ontdekt dat de toevoeging chloor zich verbindt met organische stoffen in het water tot o.a. het kankerverwekkende trihalomehanes. Het risico voor bepaalde types van kanker (rectum, dikke darm en blaas) worden in verband gebracht met het gebruik van gechloreerd water. In de Verenigde Staten wees onderzoek in 1981 uit dat de kans op kanker bij degenen die gechloreerd water drinken 44% hoger is. Datgene wat gebruikt wordt om bacteriën in het water te doden wordt juist een water verontreiniger.

Een ander punt is dat chloor bacteriën wél doodt maar niet verwijdert. Dode bacteriën (pyrogenen) veroorzaken koorts en ingewandstoornissen. Bovendien is er nog de theorie dat bij het doden van bacteriën ook de daarin aanwezige virussen vrijkomen.

Vanuit dat oogpunt bezien is het niet verwonderlijk dat virale besmettingen de laatste tientallen jaren zo zeer zijn toegenomen. Tevens wordt bij de drinkwaterzuivering tonnen kalk en aluminiumsulfaat gebruikt. Dit ter ontzuring en ontijzering van het water. Na de bereiding van drinkwater treffen we dus water aan dat zeer verschilt van het oorspronkelijke natuurlijke water, de enige vorm van water dat voor het lichaam onmisbaar is. Via filters zoekt het behandelde water zijn weg door het waterleidingsysteem waar het water weer in contact komt met elementen in de buizen zoals lood, cadmium, asbest, etc. In veel gevallen draagt het watervoorziening systeem bij aan vervuiling van ons drinkwater.

**Betekent dit dan dat de waterleidingbedrijven hun taken niet serieus genoeg nemen?**

**Absoluut niet! Met uiterste krachtinspanning roeit men met de riemen die men heeft!!!**

De bestaande zuiveringstechnieken zijn echter niet meer opgewassen tegen de hedendaagse verontreiniging van het water. Van een directeur van het Drinkwaterbedrijf Rotterdam het volgende citaat: "Het Nederlandse drinkwater wordt op termijn bedreigd door giftige verontreinigingen, die niet zijn op te sporen en dus ook niet kunnen worden uitgefilterd. Het komt in toenemende mate voor dat grote vuilozende bedrijven zelf niet weten welke gevaarlijke stoffen ze precies in het oppervlaktewater brengen. Dat is een bedreiging voor een derde deel van de drinkwatervoorziening in ons land. De kwaliteit van het drinkwater in ons land wordt ernstig bedreigd door zware metalen. Bovendien zijn de huidige analyse- en zuiveringstechnieken niet opgewassen tegen virussen, bacteriën en bepaalde zware landbouwvergiften.



Er zijn ca. 300 stoffen bekend, die via het industrieel bedrijfsleven in de Nederlandse rivieren terechtkomen. Ca. 220 daarvan zijn in de laboratoria van drinkwaterbedrijven niet aan het licht te brengen. De bestaande filtermethoden zijn daartoe absoluut ontoereikend. Met name de bestaande, organische, filtermethoden zijn daartoe niet geschikt. Organische microverontreinigingen zijn niet of nauwelijks op te sporen omdat ze in te geringe hoeveelheden voorkomen. Niettemin zijn ze op termijn zeer schadelijk voor de volksgezondheid.”.



Verder zijn de waterleidingbedrijven ook afhankelijk van de maatregelen die van overheidswege genomen worden. Als we echter bedenken dat de overheid tegen elke prijs wil voorkomen dat er in het land onrust ontstaat over de drinkwaterkwaliteit, is het te verklaren waarom men, ondanks alle ernst, geen snelle en afdoende maatregelen treft. Het is zoals een directeur van Waterleidingmaatschappij Drenthe stelde:”Ik ben in feite geheel machteloos en afhankelijk van de snelheid waarmee de politiek effectieve

maatregelen neemt. Het gaat allemaal zo ontzettend traag. Ondertussen sijpelt allerlei vuiligheid gewoon door in het drinkwater. Het idee is altijd; dat het niet zo'n vaart zal lopen, het loopt echter wél zo'n vaart”.

## **Mineralen in water**

Mineralen in water vormt een hoofdstuk apart. Veelvuldig wordt de stelling verdedigd dat mineralen in het drinkwater gewenst, sterker nog, onmisbaar, zijn. Immers, mineralen vormen essentiële voedingsbestanddelen en bij tekorten manifesteren zich al snel ziekten en aandoeningen. Velen, zelfs mensen en instellingen waarvan betere inzichten verwacht mogen worden, vinden dat om die reden ons drinkwater mineralen mag c.q. moet bevatten. Mineraal- en bronwater wordt dan ook dikwijls als goed voor de gezondheid of als alternatief voor leidingwater aangeprezen. Of dit juist is, zullen we hierna zien.

Mineralen kunnen vrij als element voorkomen, maar meestal zitten ze gebonden als anorganische zouten in ons leidingwater. Anorganische stoffen zijn verbindingen die, op enkele uitzonderingen na, geen koolstof bevatten. Ze kunnen zonder medewerking van een levend organisme gevormd worden. Organische stoffen worden meestal in en door levende wezens gevormd. Onder het begrip minerale bestanddelen valt heel wat te rangschikken. Niet alleen calcium, fosfor, koper of chloor horen hiertoe maar ook kwik, cadmium, asbest, enz. Dus mineralen staan niet altijd voor een goede gezondheid, ook niet in water. Aan mineraalwater kende men – vooral vroeger – een bepaalde waarde toe voor de gezondheid. De laatste tijd is dat anders geworden. Bepaalde bronwaterleveranciers gaan er nu juist prat op water te leveren dat slechts de geringste hoeveelheid mineralen bevat. Bij drinkwaternormen wordt altijd gesproken over maximaal toelaatbare waarden voor alle mogelijke mineralen en nooit over minimaal noodzakelijk aanwezige aantallen.

Vooral achter dit laatste gaat veel schuil: de in het water voorkomende mineralen zijn anorganisch gebonden en zijn daardoor voor het menselijk lichaam – dus ook voor de gezondheid – ronduit belastend in plaats van noodzakelijk!

Mineralen komen in drinkwater terecht doordat het water ze uit de bodem opneemt (zoals calcium, magnesium en ijzer), via waterzuivering methodes (chloor en sulfaat) en door vervuiling (zoals nitraat, fosfaat en ammonium). Inname van anorganische mineralen, bijv. via mineraalwater, leidt tot overbelasting van het lichaam. Vooral de nieren, die deze ballaststoffen proberen te verwijderen, kunnen op termijn te hoge concentraties niet aan waardoor steeds meer afvalstoffen zich in het lichaam ophopen. Uiteindelijk kan dit allerlei ziektes tot gevolg hebben. De mineralen waar het menselijk lichaam behoefte aan heeft zijn alléén de organisch gebonden mineralen en daarvoor zijn we aangewezen op plantaardig en dierlijk voedsel.



Dr. H.A. Schroeder, wereldautoriteit in het vlak van de mineralen, zegt: “De mineralen die het menselijk organisme nodig heeft zijn onbetekenend in het water, vergeleken met deze die we in het voedsel vinden.”

Het Amerikaanse Medische Journaal zegt: “Aan de lichaamsbehoefte aan mineralen wordt ruimschoots voldaan door volwaardige voeding, niet door drinkwater”.

Prof. Dr. R.L. Zielhuis zegt: “Voor het verzekeren van een gewenste opname aan nutriënten dienen we niet het drinkwater als vehiculum te gebruiken”.

Dr. J.F. Thie zegt: “Er zitten geen enzymen in stenen! Onze mineralen consumptie dient van de levende voedingsmiddelen te komen – groenten, fruit, granen, vis en vlees – allemaal zo min mogelijk bewerkt”.

Prof. Dr. M. Cokelaere zegt: “Mineralen moeten we opnemen via een gezonde evenwichtige voeding en niet door het drinken van sterk met anorganische mineralen belast water. Het zuiverste water is het gezondste”.

Prof. L.C. Vincent zegt: “Drinkwater met een hoog anorganisch zoutgehalte is gewoonweg schadelijk voor de mens. Zuiver water met een zo gering mogelijke hoeveelheid aan mineralen, die onze organen belasten, is gezond.

Dr. M. Verheyen zegt: “Ons leidingwater is tegenwoordig inderdaad niet gezond om te drinken. Het ontbreken van zware metalen, nitraten en bacteriën is niet voldoende om water drinkbaar te noemen. Er bestaat zelfs bronwater dat niet aanbevelenswaardig is. Drinkwater moet mineraalarm zijn. Mineralen uit het drinkwater zijn niet of amper opneembaar. De mens dient zijn noodzakelijke mineralen uit de voeding te betrekken. Water heeft ook een elektrische functie in het lichaam. Omdat de mens als het ware een batterij is wiens lading in de loop van de levensjaren afneemt, kunnen wij begrijpen dat belast leidingwater de batterijwaarde van het lichaam aantast”.

## Zuiver drinkwater, waarom zo belangrijk!



We hebben gezien dat het belangrijk is om onze drank met zorg te kiezen. Natuurlijk water met een lage mineralisatiegraad (minder dan 100 mg. droog bezinsel per liter) is het zuiverste, zeldzaamste en gunstigste voor de gezondheid. Met echt zuiver, dus weinig mineralen bevattend water brengen we onze lichaamscellen in een optimale conditie.

Dit "lege" water zuivert de ballaststoffen uit ons lichaam en verhindert aldus een slecht functioneren van onze organen. Water is de drager, zijn kwaliteit bepaalt de effectiviteit van alle verdere levensprocessen. Zal echter ons leidingwater, dat zelf al belast is met vele schadelijke stoffen, in staat zijn ons lichaam te zuiveren? Integendeel, het voert juist een stroom van vergiftigde stoffen aan!

Dr. J.F. Thie zegt: "We zijn afhankelijk van de vloeistofstroming in onze verschillende lichaamssystemen. Elke levende cel heeft water nodig,

net zoals hij voedingsstoffen en zuurstof behoeft. Water reageert als een oplosmiddel in ons lichaam en hoe zuiverder dit water is, vrij van mineralen en smetmiddelen, des te meer lichaamsafvalstoffen er in opgelost kunnen worden en des te meer voedingsstoffen het naar onze lichaamscellen kan vervoeren".

Prof. Vlès zegt in dit verband: "Water is belangrijk voor wat het meeneemt, niet voor wat het meebrengt".

**De Wereld Gezondheids Organisatie (WHO) stelt: "De gezondheid van de volkeren hangt af van zuiver water, niet van het aantal ziekenhuizen".**

Prof. Dr. M. Cokelaere zegt: "Gezond water zou geurloos, kleurloos en smakeloos moeten zijn en zo zuiver mogelijk. De benodigde voedingsbestanddelen nemen we op uit voedsel en andere dranken. Daarom is het zuiverste water het gezondste".

De stichting Leefmilieu in België stelt in dit verband: "Om de levensnoodzakelijke functies te vervullen mag drinkwater geen of zeer weinig zouten bevatten, met andere woorden: het moet zoet water zijn. Een overmaat aan zouten is voor de mens zeer schadelijk".

Onder normale omstandigheden moeten we dus 6 a 8 glazen water per dag drinken, zo zuiver mogelijk. Koffie, thee, vruchtensap, melk en ander vloeistoffen tellen niet mee! Deze worden in ons lichaam immers als voedsel verwerkt, terwijl ons lichaam behoeft heeft aan water. We kunnen water niet door andere vloeistoffen vervangen, net zoals we de accu van onze auto niet met melk kunnen vullen of een strijkijzer met tomatensap.

Verbeter de kwaliteit van uw leven door de kwaliteit van uw drinkwater

In het voorgaande hebben we gezien dat echt zuiver water één van de belangrijkste dingen is voor een gezond, goed werkend lichaam. We hebben ook gezien dat de huidige zuivering van leidingwater ontoereikend is voor veilig, naar gezondheidsnormen geschikt drinkwater. Als u het voorgaande goed hebt gelezen zult u ook begrijpen dat het niet eenvoudig is om zulk drinkwater te beschikken. Hoe verkrijgt men dergelijk drinkwater? Hoe komt u aan zulk drinkwater? Hiervoor is een zuiveringsmethode voorhanden die werkt met het principe van omgekeerde osmose.

Veel informatie door de waterleidingbedrijven zelf gegeven, spreekt dit tegen. Dat is ook logisch. Informatieverstrekking over het eigen werk en over het eigen product zal zelden of nooit negatief zijn. Men kan dan ook regelmatig lezen dat waterzuivering door de waterleidingbedrijven grootschaliger en veel beter wordt uitgevoerd dan dat zuivering volgens omgekeerde osmose mogelijk zou zijn. Dat het tegendeel waar is hebben we in het voorgaande reeds duidelijk kunnen zien. Zelfs directeuren van waterleidingbedrijven beamen de sombere waarheden aangaande onze drinkwaterkwaliteit.

Dr. T.C. MacDaniel (directeur van de Nationale Stichting voor de Preventie van zwaarlijvigheid in de VS) zegt: "Verharding van aders en verkalking van bloedbanen start bij onze geboorte wanneer we voedsel of drank gebruiken die anorganische zouten bevatten. Slecht water kan nu slecht voor je zijn, later zelfs fataal. Het is niet te laat om te beginnen! Drink alleen omgekeerde osmosewater voor interne zuiverheid, een lange levensverzekering en voor vrijheid van degeneratieve ziekten".

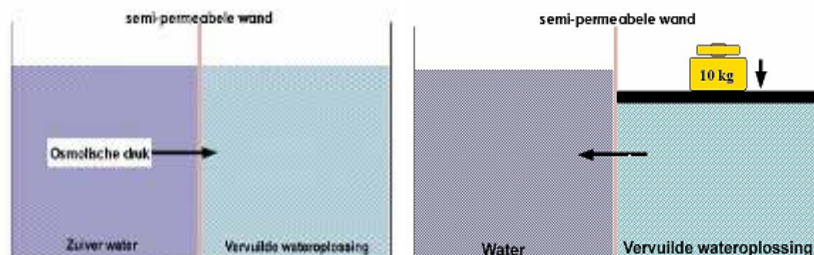


Op vrij eenvoudige wijzen kan iedereen over zuiver drinkwater beschikken. Dit is mogelijk geworden door de vinding van een kleine zuiveringsinstallatie die particulier aangebracht wordt op iemands eigen waterleidingnet. De installatie kan bijv. worden geplaatst in een van de aanrechtkastjes.

Bij deze waterzuiveringsinstallatie wordt de term "omgekeerde osmose" genoemd. De kracht van deze installatie zit in de wijze van zuiveren, en die berust op de techniek van omgekeerde osmose. Om de term

"omgekeerde osmose" te verstaan moet eerst duidelijk zijn wat de term "osmose" inhoudt. Door osmose dringt zuurstof door de wanden van onze longblaasjes heen en wordt het vervolgens in ons bloed wordt opgenomen. Door osmose nemen wortels van planten water en voedingsstoffen op. Osmose treedt op als twee oplossingen met verschillende concentraties gescheiden worden door een membraan. Op basis van natuurlijke aantrekkingskracht dringt de vloeistof met de laagste concentratie van stoffen zich dan door dit membraan heen en beweegt zich dan in de richting van de oplossing met de hoogste concentratie.

Bij omgekeerde osmose gaat het precies andersom. Toegepast op waterzuivering zien we bij omgekeerde osmose dat leidingwater (hoogste concentratie), onder druk van de waterleiding, door



een semi-doorlaatbaar membraan (osmosemembraan) geperst wordt. Daardoor dringen de zuivere watermoleculen door het osmosemembraan en ontstaat er water met een lagere concentratie van belastende stoffen. Dit is het zuivere water. Het water met de verontreiniging dat voor het osmosemembraan achterblijft wordt direct afgevoerd naar het riool. Omgekeerde osmose verwijdert giftstoffen, bacteriën, pyrogenen, samenstellingen, carcinogenen, pesticiden, herbiciden, insecticiden, detergenten, radioactieve stoffen, anorganische mineralen, medicijnresten, hormonen, enz.



De omgekeerde osmose zuiveringsinstallatie werkt met een combinatie van een voorfilter met poriën van 5 micron, een actief koolfilter, een osmosemembraan met poriën van 5 micron en een tweede actief koolfilter na het osmosefilter (een micron is 1/1000 mm.). Hierdoor is het thans mogelijk om een zuiveringsgraad te bereiken van 97-99% voor organische schadelijkheden en 97-98% voor anorganische.

Deze zuiveringsmethode is ontwikkeld onder auspiciën van het Amerikaanse Ministerie van Binnenlandse Zaken. De aldus verkregen waterzuiveraar voldoet als enige aan de zuiveringsnormen voor alle gezondheidscriteria en is hierop uitgebreid getest door het American Testing Institute. Dit is een onafhankelijk onderzoeksinstituut in de Verenigde Staten, vergelijkbaar met het Nederlandse TNO.

Er zijn verscheidene soorten filters en zuiveraars op de markt die het leidingwater zouden ontdoen van de giftige inhoud, o.a. koolstoffilters en waterkannen. Deze hebben stuk voor stuk slechts een beperkte werking; bijv. het uifilteren van alleen chloor of slechts een ontkalking van het leidingwater. De enige vorm van een totale, werkelijke en naar gezondheidscriteria volkomen zuivering van het leidingwater wordt gerealiseerd met omgekeerde osmose. Hoewel de aanschaf van zo'n zuiveringsinstallatie in eerste indruk wellicht een fors bedrag lijkt is dit, opwegend tegen de belangen van een gezond bestaan, niet anders dan een investering in uw eigen lichaam en gezondheid. Vooral met kleine kinderen, die van meet af "zuiver" kunnen beginnen, zou deze investering één van de meest waardevolle zijn die u in uw hele leven kunt doen! Werken aan écht water: een levensbelangrijke noodzaak, voor nu en voor later!



**Bronnen o.a.:**

- 'Problematiek van drinkwater' uit: Arts en alternatief, door: dr. F. Morell
- 'Gif in ons glas?' Door Y. Verheyen (B)
- 'Das Wasser und seine Aufbereitung',
- Der Freie Artz, Sonderdruck 1993, door dr.med. Helmut Elmau-  
VNT nieuws 11<sup>e</sup> jaargang 1998 nummer 5