

Entgegen des verbreiteten Irrglaubens hat hartes Wasser nichts mit der „Verkalkung“ der Arterien oder der Herzkranzgefäße zu tun. Die schädlichen Ablagerungen bei Arteriosklerose werden vor allem durch bestimmte Fette, die wir mit der Nahrung aufnehmen oder zum Beispiel durch Rauchen, ausgelöst.

Im Gegenteil: Magnesium und Calcium sind wichtige Spurenelemente, die für ein gesundes Nervensystem unverzichtbar sind. Die reichlich enthaltenen Mineralien im Trinkwasser tragen zur gesunden Ernährung. So spielt Magnesium eine wichtige Rolle in der Muskel- und Knochengesundheit. Calcium benötigt der Körper, um Knochen und Zähne aufzubauen und sorgt für eine funktionierende Blutgerinnung. Weitere Mineralstoffe, die im Wasser gelöst sein können, sind Natrium, Kalium, Eisen und Zink.

Zwar werden nur ein Bruchteil diese Spurenelemente über das Trinkwasser aufgenommen, schädlich sind sie aber in keinem Fall. Gibt es einen Überschuss an Mineralien, werden sie vom Organismus einfach wieder ausgeschieden. Eine Wasserenthärtung ist deshalb unnötig.

Quelle:

<https://www.codecheck.info/news/Ist-das-Trinken-von-kalkhaltigem-Wasser-schaedlich-319307>

Calcium als Nahrungsergänzung oder als Medikament kann jedoch Blutgefäße und Hirn verkalken.

So kann der Körper Calcium aufnehmen und verwerten:

Zur Info: Es ist allgemein anerkannt, dass wir Calcium brauchen, um starke Knochen, Zähne und Gelenke aufzubauen und zu erhalten. **Aber die Ergänzung mit Calcium kann mehr Schaden anrichten, als nützlich sein.** Ohne Magnesium, Vitamin D-Sonne, Zink, Bor, Silizium und einem hochwertigen bioverfügbaren pflanzlichen Protein verkalkt der ganze Körper, wenn Sie nur Calcium zu sich nehmen.

Calzium in der Milch fördert Osteoporose und kann den Körper und die Blutgefässe verkalken. Ich sehe das täglich in meiner Praxis. Das sollten heute mittlerweile Menschen wissen, aber der Arzt empfiehlt immer noch viele Milchprodukte zu trinken und zu essen.

Ärzte haben vor 60 Jahren auch gesagt RAUCHEN SEI GESUND! Und haben sich den Lungenkrebs selber angeraucht.

So gute Informationen und vieles mehr erfahren unsere Klienten bei in der Onlie-eMail-Beratung.

Meine Meinung zu stark kalkhaltigem Wasser: Auch dieses Kalk kann unsere Blutgefässe verengen. Deshalb empfehle ich eine absolut gesunde Ernährung, die den Körper nicht auch noch verkalkt.