

Čistá voda zdravá voda

MUDr. Miroslava Plchová, Liberec, 12.7.2008

Voda je základ života. Je součástí rostlinné a živočišné říše. Existence jakéhokoli typu života není možná bez vody. Existence Země je určována ze 70-80% vodou. Na rozdíl od všech živých organismů a rostlin potřebuje člověk vodu pitnou, a té je na planetě tak 1%. Kvalita této vody rozhoduje o zdravotním stavu člověka, jelikož ona je potřebná pro všechny funkce lidského těla. Samo lidské tělo je tvořeno přibližně ze 65% vodou. Člověk potřebuje denně 2-4 litry vody denně vzhledem k jeho fyzické zátěži. S rostoucí zátěží roste i spotřeba vody. Také záleží na věku organismu. Dítě a mladý člověk má vyšší obsah vody v těle a tím též vyšší spotřebu vody než organismus stárnoucí. Činnost jednotlivých orgánů v lidském těle je doslova závislá na množství a kvalitě vody. Nejcitlivější orgány jsou krev, játra, mozek, srdce a svaly. Ledviny jsou vodohospodářským orgánem v živočišném těle. Dokáží profiltrovat 180 i více litrů tekutiny denně a vrátit 99% zpět do organismu pro zajištění jeho činnosti. Zbytek se vyloučí v podobě moči z těla ven. Lidský organismus je však velmi citlivý a je ovlivňován nejen kvantitou přijaté vody, ale hlavně kvalitou této vody. Pitné zdroje mají různý obsah látek v sobě. Existují různé druhy, tak zvaných minerálních vod-pramenů, které se využívají k léčbě, ale nejsou vhodné k dlouhodobému běžnému užívání, jelikož by mohly způsobit i zdravotní obtíže. Podle různých lokalit na zemi má voda různé složení, hlavně minerálů. Ale ve vodě se mohou vyskytovat i příměsi zdravotně závadné - bakterie, viry, paraziti, těžké kovy a další chemické látky včetně radioaktivních, které se do vody dostávají z půdy, z deště, z odpadových vod. A toto je veliký zdroj nebezpečí pro zdraví člověka. V první řadě organismus přijímá a potřebuje jen nepatrné množství anorganických minerálů - zbytek vyloučí nebo ho uloží v těle. Vylučuje nejen ledvinami, ale i potem a stolicí. To co v těle zůstane, to pak může způsobit ledvinové nebo žlučové kameny, dokonce se podílet na kornatění tepen v těle a v srdci, ale také mohou ukládat do kloubů a buněk dalších orgánů. Organismus lehce přijímá a potřebuje ke své existenci organické látky a minerály, jelikož ty jsou tělu bližší. Kvalita pitné vody v dnešní době je limitována danými státními normami. Ale to neznamená, že takováto voda je ta zdravá. Normy povolují někdy takový obsah různých látek, který není optimální pro organismus. Obtíže a choroby vznikající postupně užíváním nevhodné až zdravotně závadné vody, jsou četné. Nebezpečný obsah olova způsobuje poruchy sluchu, růstu, zažívacích obtíží, nervové soustavy, alergie a hlavně se usazuje v orgánech. Kadmium například poškozují krev a krve tvorné orgány. Azbest má rakovinou tvorný efekt. Mangan poškozují ledviny, játra, slinivku a nervy. Dusičnany se mění v těle na dusitany a ty jsou rakovinou tvorné. Vysoký obsah hořčíku negativně ovlivňuje krevní tlak a tím činnost srdce. Měď třeba ovlivňuje mozek, ledviny, spermatogenesu, játra. Fluor způsobuje křehkost kostí, nehtů, zubní skloviny a poškozují ledviny a nervy. Tak bychom mohli jmenovat další a další škodlivé látky, které mohou dlouhodobě negativně, ale skrytě ovlivňovat zdraví člověka. Jediným řešením je pitnou vodu vyčistit. Současná metodika čištění však nestačí na vytvoření ideální zdravé čisté vody. Systém tak zvané osmotické membrány, který se vyskytuje v organismu, využívá se v medicíně, se dá využít pro čištění vody přímo v domácnosti. Tak nám vzniká téměř čistá voda, která však také není úplně ideální a tak se musí přímo do ní přidat zpětnou mineralizaci nejdůležitější minerály jako je například vápník, hořčík. Další potřebné minerály pak můžeme dodávat v podobě kvalitních potravinových doplňků a kvalitní přírodní stravy. A tak jak jsme již řekli jedná se hlavně o přísun organických látek tělu blízkých. Člověk dbající na své zdraví, který se řídí přírodními zákonitostmi a na jejich základě se stravuje a zavodňuje, pak má zcela jiné zdravotní parametry než běžná současná populace.