

GesundLeben

Dienstleistungen
Beratungen
Betreuungen

Hoesli - Falk M. & O.
Muoshofstrasse 24
CH 6102 Malters

Internet: <http://www.GesundLeben.org>

Tel.: ++41 (0) 41 497 38 82
Fax: ++41 (0) 41 497 02 37
eMail: info@gesundleben.org



Wasser, Wassertrinken, die Selbstheilung durch Wasser

Wissen Sie welche Bedeutung Wasser für Ihre Gesundheit und für Ihr Leben wirklich hat!?

Aus aktuellem Geschehen

Wir haben in diesen Wochen durch die Unwetter hautnah erfahren, wie wenig selbstverständlich es ist, sauberes Trinkwasser und sauberes Brauchwasser zur Verfügung zu haben!

Am Montag dem 22.08.2005 entstand beim Hochwasser des Jahrhunderts grosse Verwüstungen durch Schlamm und Geröll. Die kleine Emme hatte hier im Kanton Luzern zwischen Schachen und Malters ihr Flussbett teilweise verlassen, die ganzen Felder überflutet und war durch das Industriegebiet von Malters und durch Wohnquartiere abgeflossen.

Wir konnten für den Zeitraum von ca. 2 Wochen kein Leitungswasser mehr zum Trinken benutzen.

Wir waren sehr froh, dass unser Umkehrosmosegerät das wir seit bereits über 10 Jahren in unserer Wohnung installiert haben, so einwandfrei funktionierte und uns auch in dieser Zeit, fast kostenlos, absolut sauberes Wasser lieferte!

Die Versorgung unseres Körpers mit sauberem Wasser ist etwas das nach meiner Erfahrung die Mehrheit der Bevölkerung fast total vernachlässigt!

Ich werde Ihnen Fakten offen legen die Sie wohl bis heute eher nicht in diesen Zusammenhängen gehört haben.

Junger Mann mit akuten Stirnhöhlenentzündungen

Ein junger Mann litt an akuter entzündlicher Verstopfung der Stirnhöhlen. Der Zustand verschlechterte sich so intensiv, dass die Ärzte eine operative Ausräumung der Stirnhöhlen durch die Nase durchführten. Ein Spitalaufenthalt und ein längerer Arbeitsausfall war die Folge!

Zwei Monaten nach der „Genesung“ klagte der Betroffene er habe zunehmend wieder die gleichen Symptome!

Ich wies in an, er müsse unbedingt seinen täglich getrunkenen Liter Eistee weglassen und mit 1 – 1.5 Liter sauberem Leitungswasser ersetzen! - In seiner „Not“ befolgte er meinen Rat.

Ich habe selber erlebt wie sich sein Zustand innerhalb von ein paar Wochen total verbesserte, die behandelnden Ärzte den Verlauf nicht verstehen konnten und das Leiden aus der Stirnhöhle, auf nimmer wieder sehen verschwand!

Wohlgemerkt, dieser junge Mann veränderte in seiner Lebensführung nur ganz wenig, er ersetzte nur den Eistee mit sauberem Wasser!

Es ist bei uns immer noch nicht verboten, für schädliche Getränke intensiv Werbung zu machen obwohl die schädlichen Auswirkungen hinlänglich bekannt sind!?

9 Gründe für 9 Gläser reines Wasser täglich

1. Wasser ist ein lebenswichtiger Nährstoff.

Wir trinken nicht nur Transportmittel sondern Wasser liefert reine Energie!

Wenn Sie z.B. angespannt vor dem Bildschirm sitzen, weil Sie schon seit 2 Stunden ohne Unterbruch intensiv daran arbeiten, geht Ihnen die Konzentration verloren, - Sie werden müde.

Trinken Sie ein paar Schluck sauberes Wasser und es geht mühelos und munter weiter! Sie können wieder konzentriert arbeiten! Woher kommt diese Energie? – Aus dem Wasser selbst!

Wenn Sie einen Liter (also 1 Kg) Wasser hoher Qualität trinken, steigt Ihr Körpergewicht nicht um 1 Kg! Sie werden nur etwa 800gr schwerer. Das widerspricht aller Physik!?

Nein, denn Wasser liefert auch reine Energie, diese hat nach der Freisetzung kein physikalisches Gewicht mehr!

2. Wasser befördert Nährstoffe und Schlackenstoffen im Körper.

Die Nährstoffe werden zu den Zellen und die Schlackenstoffe zur Ausscheidung transportiert.

Ist zu wenig Wasser da, kann der Körper nur schlecht ausscheiden da das vorhandene Wasser über ein Notprogramm recycelt werden muss. Verstopfung ist nur eine Auswirkung davon! Allgemeine Toxämie setzt ein, - das ist die direkte oder indirekte Hauptursache für die meisten Krankheiten.

Die Niere verliert bei hoher Schadstoffkonzentration der Körperflüssigkeiten die Ausscheidungskapazität.

Um die Niere beim Anfallen grosser Mengen Säuren vor Verätzungen zu schützen, wird die Ausscheidung gestoppt. Das ist ein wichtiger Selbstschutzmechanismus der Natur.

Der Körper gerät in eine noch grössere Ausscheidungsnot und muss um zu überleben die gespeicherte Wassermenge im Körper erhöhen, damit er die Schadstoffe verdünnen kann. Ödeme also Wasseransammlungen im Körper sind die direkte Folge davon!

Wird er durch zu wenig Wassertrinken oder gar durch wassertreibende Medikamente daran gehindert, kann der Tod die Folge sein. (Diesen Verlauf habe ich schon selber beobachtet)

Die Toxämie war so hoch gestiegen, dass die Organfunktionen zusammengebrochen sind und den Tod ausgelöst haben.

Ich habe erlebt wie durch die Zuführung von Vitalstoffen, die Säuren erfolgreich neutralisiert werden können und mit Hilfe von genügend Wassertrinken der ganze Stoffwechsel saniert wird!

Die Nieren funktionieren wieder gut und sogar starke Ödeme im Körper werden abgebaut.

3. Ausscheidung über die Lunge

Unsere Ausscheidung findet über einen wichtigen Teil auch über die Atmung statt. Die Lunge kann Schadstoffe in Gasform ausscheiden.

Die Lunge reagiert sehr heftig auf Wassermangel. Angefangen von Atemnot mit Folgen von Sauerstoffmangel bis hin zu Asthma und chronischen Erstickungsängsten ist dadurch alles möglich!

Die Lungenbläschen ziehen sich bei Wassermangel zusammen um unnötigen Wasserverlust zu vermeiden. Diese Reaktion erzeugt Atemnot und Angst. Im Extremfall kann der Betroffene in einer Kettenreaktion psychosomatischer Mechanismen sogar sterben.

Ich durfte erleben wie Menschen mit Asthma eine enorme Erleichterung erfuhren nur dadurch dass sie begannen genügend sauberes Wasser zu trinken.

In der üblichen medizinischen Behandlung von Asthma wird durch die Verabreichung von gefässerweiternden Medikamenten die Gefäße geöffnet und dadurch die Atmung aktiviert.

Sofort setzt der berühmte Jojo-Effekt ein. - Kaum lässt die gefässerweiternde Wirkung der eingenommenen Medikamente nach, ziehen sich die Gefäße extra stark zusammen um das Notprogramm der Lungen gegen Wasserverlust zügig umzusetzen!

Dieser Mechanismus muss so ablaufen da ja der akute Wassermangel, - die wirkliche Ursache für das Notprogramm, nicht behoben worden war!

4. Angstzustände, Depressionen und Phobien

Sogar bei Angstzuständen und depressiven Zuständen zeigt die erhöhte Wasserzufuhr ihre positive Wirkung ganz deutlich.

Ich erlebte wie Menschen mit Angstzuständen und Phobien sich recht gut entspannen konnten, nachdem sie ein paar Schluck sauberes Wasser getrunken und ein paar tiefe Atemzüge gemacht hatten! Diese Hilfsmassnahmen wurden zum ständigen Begleiter.

Körperzellen senden bei Sauerstoffmangel Angstsignale zum Gehirn. Diese Signale nehmen wir nicht vordergründig wahr, sie bilden jedoch die unbewusste Basis für Angstanfälle.

Ist die Energiezufuhr durch genügen Wasser, dadurch die unbehinderte Atmung sichergestellt und somit die Sauerstoffzufuhr gewährleistet, haben die Zellen keinen Grund mehr solche Angstsignale auszusenden.

5. Körperflüssigkeit Blut und Lymphe

Wir wissen heute recht viel über das Blut. Blut besteht zur Hauptsache aus Wasser

Einfaches Erkennen von Honigblut:

Die Beschaffenheit des Blutes ist entscheidend für den ganzen Stoffwechsel!

Haben Sie eine Verletzung und **Ihr Blut weist eine dunkelrote, dickflüssige Beschaffenheit auf, spricht man von so genanntem Honigblut.**

Ihr Blut ist verschmutzt und mit vielen unausgeschiedenen Schadstoffen belastet! Die Wundheilung ist schlecht und die Infektionsgefahr sehr hoch da Ihre Immunkräfte im Blut eingeschränkt sind.

Wassermangel ist einer der wichtigen Einflussgrößen! Natürlich spielt da die gesamte Lebensführung eine zentrale Rolle.

Diabetiker haben so ein Honigblut und da ist auch die Blutgerinnung sowie die Wundheilung sehr schlecht. Eiterherde treten sehr oft in schon halb geschlossenen Wunden auf. Da konnte ich interessante Beobachtungen dazu machen.

Himbeerblut:

Erstrahlt Ihr Blut jedoch in einem leuchtendem, hellen Rot und ist recht dünnflüssig, - die Gerinnung setzt aber trotzdem sehr schnell ein, so ist alles ok !

Auch tiefe Schnittwunden heilen sehr rasch und ohne jegliche Komplikationen aus.

Ich kann diese Zusammenhänge im Berufsleben und auch privat immer wieder bei meinen Mitmenschen beobachten!

6. Körperflüssigkeit Lymphe

Das Lymphsystem ist der Schlackenentsorger. Viele Entgiftungsprozesse laufen über die Lymphsysteme zu den Ausscheidungsorganen und zu den Schweisszohlen des Körpers.

Nehmen wir die Achselhöhlen als Beispiel. Da werden Giftstoffe durch das Lymphsystem in Form von Schweiss, aus dem Körper befördert. Verhindert man diesen Prozess (wie heute allgemein üblich!) durch Deos und andere Chemiekeulen so funktioniert dieser Reinigungsmechanismus nicht mehr. Die Toxämie (Verschmutzung, Vergiftung, Verschlackung) steigt an, mit den oben genannten Zusammenhängen!

Eine Basische Körperpflege mit Basenbädern und dem Einsatz von Basensalz in den Problemzonen ist dabei eine grosse Hilfe.

Diese örtliche Verdrängung sowie die direkte Belastung durch Chemie scheint auch einer der wichtigsten Grundursachen beim Entstehen von Brustkrebs zu sein!

Toxämie im Körper ist die Ursache für Fusschweiss und Achselschweiss sowie bei schweissnassen Händen! Das muss nicht sein.

Genügend sauberes Wasser trinken und Entgiftung, wirkungsvolle Entsäuerung das ist die wirkungsvollste und einzig richtige Lösung! Wer dies nicht wahr haben will, muss in späteren Jahren mit Spätfolgen, verursacht durch diese eingesetzten Chemikalien rechnen!

7. Verdauung und Stoffwechsel

Fehlt das nötige Wasser, läuft die Verdauung nicht richtig!

Ich habe schon zahlreichen Menschen, mit dem Hinweis doch endlich genug zu trinken, zu einer besseren Verdauung verhelfen können!.

Natürlich braucht es da auch noch die nötigen Vitalstoffversorgung und eine sinnvolle möglichst naturbelassene Ernährung, wenn die Verdauung optimiert werden will!

Wasser ist an zahlreichen chemischen Reaktionen im Körper unmittelbar beteiligt und dient dabei auch als direkter Energielieferant.

Sauberes Wasser fördert die Intelligenz und die Klarheit der Gedanken.

Ihr Körper besteht insgesamt aus etwa 70% Wasser und das Gehirn sogar aus 90%

All die Jugendlichen die heute gewohnheitsmässig Softdrinks, Coca Cola und Eistees täglich bedenkenlos trinken, werden in den kommenden Jahren mit gesundheitlichen Schäden zu rechnen haben!

Lesen sie den Aspartam Artikel! <http://gesundleben.juag.com/index-ig.html> unter FORSCHUNG

8. Wasser schützt und polstert das Gewebe und schmiert die Gelenke

Es gibt eine einfache Methode um zu prüfen wie gut die Wasserversorgung im Gewebe des Körpers ist! **Sie nehmen Haut an Ihrem Unterarm zwischen zwei Finger und drücken eine Hautfalte. Wenn Sie loslassen, sollte die Oberfläche der Haut sehr schnell wieder geglättet sein. Ist dies nicht der Fall, fehlt Ihrem Körpergewebe das nötige Wasser! Sie leiden unter Wassermangel!**

Frauen leiden vielfach an starkem Wassermangel da sie schlechte Trinker sind. Das Bindegewebe wird schlaff. Durch schlechte Entgiftung entsteht Zellulitis. Durch Basenbäder und Vitalstoffaufnahme kann dagegen wirkungsvoll angegangen werden!

Der weibliche Körper entwickelt durch einen optimierten Wasserhaushalt eine frischere, bessere Ausstrahlung und die Brüste werden straffer und voller!

Durch bessere Versorgung der Gelenke sammeln sich weniger Schlackenstoffe an und die Nährstoffversorgung der Zellen ist entscheidend verbessert.

9. Wasser ist ein Informationsträger

Wasser speichert Gefühle und Informationen von seiner Umgebung. Sie selber können Ihr Trinkwasser durch Kristalle und durch ihre Gedankenkraft mit Information aufladen. Mit positiven Informationen aufgeladenes Wasser entwickelt eine grosse Heilkraft. Diese Informationen die im Wasser gespeichert sind, könne durch Eiskristalle im Labor wunderschön sichtbar gemacht werden.

Sie trinken noch immer weniger als die empfohlene Menge von 9 Gläsern Wasser pro Tag?

Jetzt gibt es noch einen weiteren triftigen Grund das zu tun, denn durch die ausreichende Zufuhr von Wasser schützen Sie Ihr Herz und reduzieren somit das Risiko eines Herzinfalls.

Eine Studie zeigt, dass Menschen, die mehr als 5 Gläser Wasser pro Tag zu sich nehmen weniger gefährdet sind an einem Herzinfarkt zu sterben als jene, die weniger als 2 Gläser pro Tag tranken.

Wissenschaftler der Loma Linda Universität in Kalifornien führten über sechs Jahre Untersuchungen an über 20.000 gesunden Männern und Frauen im Alter von 38 bis 100 Jahre durch. Die Ergebnisse der Studie wurden am 1. Mai 2002 im American Journal of Emidemiology veröffentlicht.

Bei dieser Untersuchung stellte sich heraus dass die Frauen, die mehr als 5 Gläser Wasser pro Tag tranken, ein um 41% geringeres Risiko hatten, an einem Herzinfarkt zu sterben, als Frauen, die weniger als 2 Gläser Wasser tranken.

Bei den Männern stellte sich der Schutzeffekt des Wassers sogar noch stärker heraus.

Bei den Männern, die mehr Wasser tranken, lag das Risiko eines tödlichen Herzinfarktes um 54% tiefer.

Nicht alle Flüssigkeiten erbrachten das gleiche Ergebnis: Das Herzinfarktrisiko erhöhte sich, als die Wissenschaftler andere Flüssigkeiten wie Kaffee, Tee, Saft, Milch und Alkohol einschlossen.

Frauen, die außer Wasser weitere Flüssigkeiten zu sich nahmen, waren mehr als doppelt so häufig von einem Herzinfarkt mit tödlichem Ausgang betroffen.

Bei Männern, die kein Wasser tranken, erhöhte sich das Risiko eines Herzinfarktes um 46%.

Die Wissenschaftler bestätigen, dass das getrunkene Wasser schnell absorbiert und von der Blutbahn aufgenommen wird. Das Blut wird dadurch verdünnt, wodurch einer Arterienverstopfung vorgebeugt wird.

Andere Flüssigkeiten sind wesentlich schlechter als Wasserlieferant geeignet. Sie müssen zuerst verdaut werden, dieser Prozess erfordert selbst Flüssigkeit. Er in aufbereitetem Zustand können diese Flüssigkeiten im Blut aufgenommen werden und in den Körperflüssigkeiten ihren Dienst tun.

Die darin enthaltenen Stoffe belasten sehr oft den Körper zusätzlich. Daraus ergibt sich ein blutverdickender Effekt.

Ich kann niemandem raten gewohnheitsmässig Coca Getränke oder Eistee's zu trinken um seinen Durst zu stillen! Solche Getränke belasten den Stoffwechsel und die Ausscheidung zusätzlich. Wenn sie noch Coffein enthalten machen sie sogar süchtig.

Reines, klares Wasser von der Leitung, wenn nötig gereinigtes Wasser und wenn gewünscht mit geeigneten Mitteln informiert, ist der beste Durstlöscher und erst noch viel billiger als alles Andere!

Sie sehen, - Wasser ist ein sehr interessantes Element und für unseren Körper und absolut unentbehrlich!

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit und wünsche Ihnen einen „gesunden Durst“ sowie die Möglichkeit sauberes, frisches, energiereiches Wasser zu trinken!

Othmar Hoesli
Gesundheitsberater GesundLeben