

Wenn nicht Leitungs- und Mineralwasser, welches dann?

Post by "Angelika" of Oct 23rd 2021, 7:11 pm

[Quote from Tom Ate](#)

Ich kaufe mir immer Wasser in Plastikflaschen im Supermarkt (Die sind halt leichter als Glasflaschen). Vielleicht kann das Mikroplastik mit der Zeit irgendetwas im Körper verstopfen, das ist aber noch nicht geklärt, und ich mache mir auch keine Sorgen darüber. In meinem Biomarkt haben sie eine Zeit lang Osmose-Wasser angeboten, aber richtig teuer. Das habe ich mir dann auch nie gekauft.

Ich trinke auch jeden Tag Leitungswasser. Das hat zwar hier eine gute Qualität, aber wir haben ein ziemlich altes Rohrsystem.

Den ganzen Tag nur Leitungswasser trinken, könnte ich auch nicht, aber an manchen Tagen ist es so, wenn ich nichts anderes mehr vorrätig habe.

Im Winter bestelle ich mir in einem Cafe manchmal eine heiße Tasse Wasser. Früher hat man das als "tanzendes Wasser" bezeichnet, weil durch das Aufkochen in der Molekularstruktur etwas in Unordnung geraten ist. Naja, optimal ist das nicht, aber hin und wieder ist das für mich o.k.

In den letzten Monaten hatte ich die Leidensgeschichte einer ambitionierten, stark vegan orientierten Rohköstlerin mitbekommen. Sie musste inzwischen mehrmals zur Dialyse gehen. Soweit ich mitbekommen hatte, war einer der Ursachen ihrer Komplikationen, die sie mit ihrem Körper erlebte, dass sie über Jahre Osmosewasser getrunken hatte.

Ich habe das noch nie empfohlen und würde das auch weiterhin nicht empfehlen, als Trinkquelle zu nutzen. Für das Bügeln und ähnliche Zwecke ist es aber sehr nützlich.

Der Grund, warum diese Geräte dennoch von manchen als Trinkwasserquelle genutzt wird, ist - vermute ich - weil es die relativ günstigste Version einer Wasseraufbereitung ist, die als Gerät erhältlich ist. Aber hygienisch gibt es bei den Filtern mit Kohle wie auch Osmose dennoch mehr oder wenig schnell Themen, abgesehen von der nachteiligen vollkommenen Entsalzung bei der Osmose. Letzteres würde übrigens nicht einmal einer Metallrohr-Anlage über die Dauer gut tun.

Geräte, die vorher gut filtern und dann ggf zusätzlich Mineralstoffe hinzufügen bzw. bei denen danach der pH Wert einstellbar ist, sind grundsätzlich eher teurer. Zu den Anschaffungskosten kommen die Ersatzteile und gg. Wartungskosten dazu.

Ich mache es gemischt: Mal Wasser aus der Leitung, das bei uns in Ordnung sein soll, dann aber auch gerne das Wasser aus der Glasflasche. Ich lasse es mir seit einiger Zeit vom Biobauern in Kisten liefern (und die leeren Kisten abholen).

Geschmacklich ist es ein großer Unterschied, aber mir schmeckt je nach dem auch nur bestimmtes Wasser besser.

Nicht immer erscheint mir Flaschenwasser besser, aber bestimmte Wässer schmecken mir fast immer besser.

Viele Grüße

Angelika