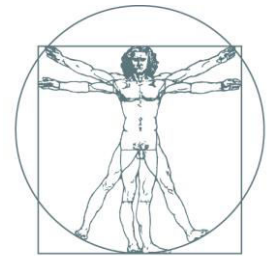


10 Fakten zu Kohlensäure

Warum Kohlensäure besser ist als ihr Ruf

Bonn, November 2023. Kohlensäure schmeckt erfrischend und prickelt angenehm auf der Zunge. Und anders als viele denken, macht sie auch nicht sauer, sondern kann sogar positive Wirkungen auf den Körper haben. Gute Gründe, um Mineral- und Heilwässer mit Kohlensäure zu trinken. Hier sind die Fakten zum Thema Kohlensäure.



1. Geschmacksturbo

Kohlensäure sorgt für einen angenehm frischen Geschmack, denn sie prickelt nicht nur leicht säuerlich, sondern reinigt auch die Geschmackspapillen und macht sie dadurch sensibler. Zudem wird die Mundschleimhaut besser durchblutet und die Speichelproduktion angeregt.

2. Mineralstoffträger

Enthalten Mineral- und Heilwässer viel natürliche Kohlensäure, sind sie meistens auch sehr mineralstoffreich. Denn bei ihrer Entstehung tief in der Erde werden durch Kohlensäure besonders viele Mineralstoffe aus dem Gestein gelöst.

3. Verdauungsbooster

Kohlensäure regt die Magenmuskulatur an und bringt die Nahrung zügiger voran. Zugleich fördert Kohlensäure die Durchblutung der Magenschleimhaut und sorgt dafür, dass mehr Verdauungssäfte gebildet werden.

4. Abnehmhilfe

Kohlensäurereiches Wasser kann beim Abnehmen helfen. Wenn der Magen durch Kohlensäure leicht gedehnt wird, fühlen wir uns automatisch satter. Eine Studie hat gezeigt, dass Menschen bei den Mahlzeiten weniger aßen, wenn sie kohlenstoffhaltiges Wasser getrunken hatten.

5. Schluckhelfer

Kohlensäure aktiviert auch die Schluckmuskeln. So bewirkt sie, dass wir schneller und stärker schlucken, wie Studien zeigen. Für Menschen mit Schluckbeschwerden kann es also hilfreich sein, ein kohlenstoffhaltiges Mineral- oder Heilwasser zu trinken.

6. Harnwegsreiniger

Kohlensäurehaltige Heilwässer spülen die Harnwege, verdünnen den Harn und fördern seine Ausscheidung. So können sie helfen, Blasenentzündungen und Harnsteinen vorzubeugen oder bei der Behandlung unterstützen.

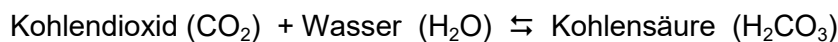
7. Nützlich statt sauer

Kohlensäure trägt nicht zur Übersäuerung des Körpers bei, denn auf den Säure-Basen-Haushalt wirkt sie neutral. Die Kohlensäure trennt sich im Körper auf in Kohlendioxid und Wasser, und das Kohlendioxid wird dann einfach abgeatmet. Hydrogencarbonathaltige Heilwässer können überschüssige Säuren neutralisieren und somit zu einem ausgeglichen Säure-Basen-Haushalt beitragen.

8. Kohlensäure vs. Kohlendioxid

In Verbindung mit Wasser entsteht aus Kohlendioxid Kohlensäure, die jedoch sehr instabil ist und als solche nur kurz vorliegt. Sie entweicht aus dem Wasser als Kohlendioxid in Form der herrlich prickelnden Bläschen, sobald wir die Flasche öffnen oder gar schütteln.

So sieht das chemische Gleichgewicht aus:



9. Vulkangeburt

Viele Mineral- und Heilwässer enthalten natürliche Kohlensäure. Sie entsteht vor allem in vulkanischen Gebieten wie z. B. in der Eifel oder im Neckartal. Damit ein Mineral- oder Heilwasser immer gleich viel oder wenig prickelt, kann zum Ausgleich auch Kohlensäure entzogen oder zugeführt werden.

10. Sanft in Heilwässern

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kohlensäure. Wer Magendrücken oder Blähungen bekommt, sollte kohlensäurereiches Wasser entweder schluckweise trinken oder zu einem stillen Wasser greifen. Tipp: Heilwässer enthalten in der Regel deutlich weniger Kohlensäure als klassischer Sprudel und wirken dadurch auf sanfte Weise. Passende Heilwässer gibt es auf www.heilwasser.com.

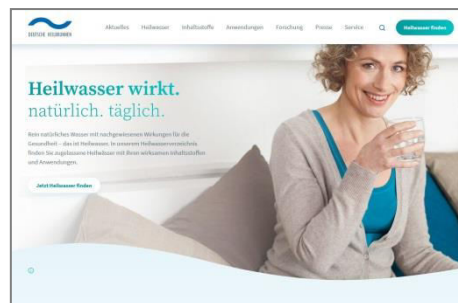
HEILWASSER wirkt. natürlich. täglich.

Heilwässer müssen ihre vorbeugende, lindernde oder heilende Wirkung nachweisen. Sie wirken sowohl auf einzelne Organe als auch auf den ganzen Körper und bieten damit einen ganzheitlichen Nutzen für die Gesundheit. Zurzeit gibt es in Deutschland 23 verschiedene Heilwässer, die in Flaschen abgefüllt erhältlich sind. Die Heilbrunnenbetriebe sind als Interessengemeinschaft Deutsche Heilbrunnen im Verband Deutscher Mineralbrunnen (VDM) organisiert.

Heilwasser stammt aus natürlichen unterirdischen Quellen. Je nach Quellgebiet unterscheiden sich die Heilwässer in ihren natürlichen Inhaltsstoffen und damit in ihrer Wirkung. So fördern manche die Verdauung, andere können zum Beispiel einen Magnesiummangel beheben. Heilwasser ist in gut sortierten Getränke- und Lebensmittelmärkten erhältlich. Das Flaschenetikett informiert die Verbraucher über die jeweilige Zusammensetzung und die Anwendungsgebiete.

Umfassende Informationen zu Heilwasser, den Inhaltsstoffen und Anwendungen bietet die www.heilwasser.com.

Dort findet sich ein **Heilwasserverzeichnis** mit Porträts aller Heilwassermarken und einer **Suchmöglichkeit nach bestimmten Inhaltsstoffen**.



Für Rückfragen wenden Sie sich gern an:

Informationsbüro Heilwasser

Von-Galen-Weg 9, 53340 Meckenheim

E-Mail: presse@heilwasser.com

X (ehemals Twitter): https://x.com/heilwasser_info

Facebook: <https://www.facebook.com/heilwasser.info>

Kontakt:

Dipl. oec. troph. Corinna Dürr (Fachinfo, Texte), Tel.: 0228 / 360 29 120

Anke Gebhardt-Pielen (Redaktionen, Kontakte), Tel.: 02225 / 888 67 91