

Heilwasser – Was ist das? Und wie wirkt es?

Antworten auf die häufigsten Fragen

Bonn, April 2026. Heilwasser – das klingt vielversprechend, doch was ist das für ein Wasser? Kann es tatsächlich heilen? Und wo gibt es das überhaupt? Hier erfahren Sie kurz und knapp, was es mit Heilwässern auf sich hat und wofür man sie verwenden kann.

1. Was ist Heilwasser?

Heilwasser ist ein sanft wirkendes **Naturheilmittel**, das offiziell vom BfArM* zugelassen wird, nachdem gesundheitliche Wirkungen nachgewiesen wurden. *Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte

2. Woher kommen Heilwässer?

Heilwässer sind **natürliche Wässer** aus unterirdischen Wasservorkommen. Sie haben Mineral- und Wirkstoffe aus dem Umgebungsgestein angereichert und erhalten dadurch jeweils eine einzigartige Zusammensetzung.

3. Warum wirken Heilwässer?

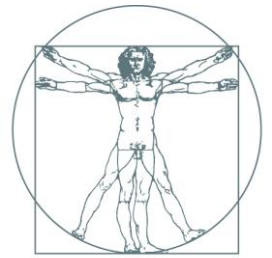
Weil sie eine jeweils einzigartige Kombination aus vielen **Mineral- und Wirkstoffen** wie z.B. Calcium, Magnesium, Hydrogencarbonat oder Sulfat enthalten, die der Körper sehr gut aufnehmen kann. Diese sorgen für die jeweils spezifischen gesundheitlichen Wirkungen.

4. Wie wirken Heilwässer?

Je nach ihrer natürlichen Zusammensetzung können Heilwässer Mineralstoffe wie Calcium oder Magnesium liefern und dazu beitragen, Sodbrennen zu lindern oder die Verdauung zu unterstützen. Auch beim Vorbeugen oder Behandeln von Blasenentzündungen, Harnsteinen oder Osteoporose können passende Heilwässer unterstützen.

5. Wo gibt es Heilwässer?

Heilwässer bekommt man in gut sortierten **Lebensmittel- und Getränkemärkten**. Einen Überblick über alle Flaschen-Heilwässer mit der Möglichkeit, gezielt nach Heilwässern mit bestimmten Inhaltsstoffen zu suchen, gibt die Website www.heilwasser.com



Neugierig auf Heilwässer?

Mehr Infos über die Zulassung von Heilwässern, ihre Inhaltsstoffe und Anwendungsmöglichkeiten bietet die Website www.heilwasser.com. Die Inhaltsstoffe, Anwendungsgebiete und empfohlene Trinkmengen sind zudem immer auf dem Etikett jeder Heilwasserflasche verzeichnet. Die meisten Heilwässer kann man täglich auch in größeren Mengen trinken.

Das macht Heilwässer so besonders

- natürlich aus unterirdischen Wasservorkommen
- reich an Mineralstoffen und Spurenelementen
- vorbeugende, lindernde und heilende Wirkungen nachgewiesen
- zugelassen als sanft wirksames Natur-Arzneimittel

Die Wasserarten im Überblick

	Natürliches Heilwasser	Natürliches Mineralwasser	Quellwasser	Tafelwasser	Leitungswasser
Nachgewiesene gesundheitliche Wirkungen	✓				
Behördliche Zulassung/ Amtliche Anerkennung	✓	✓			
Ursprünglich rein	✓	✓			
Ausgewiesener natürlicher Gehalt an Mineralstoffen	✓	✓			
Immer ein Naturprodukt	✓	✓	✓		
Mischung von Wasserarten Zutaten/Zusatzstoffe mögl.				✓	✓

Quelle: www.heilwasser.com



Heilwasser: Inhaltsstoffe & Anwendungen

Calcium *ab ca. 250 mg/Liter*

- Calciummangel
- Osteoporose

Magnesium *ab ca. 100 mg/Liter*

- Magnesiummangel und dessen Folgen

Hydrogencarbonat *ab ca. 1.300 mg/Liter*

- Übersäuerung
- Sodbrennen, Reizmagen
- bestimmte Harnwegsinfekte
- bestimmte Harnsteinarten

Sulfat *ab ca. 1.200 mg/Liter*

- träge Verdauung
- funktionelle Erkrankungen von Galle und Bauchspeicheldrüse
- bestimmte Harnwegsinfekte

Fluorid *ab ca. 1 mg/Liter*

- Karies (Vorbeugung)

Kohlensäure *ab ca. 1.000 mg/Liter*

- Anregung der Magen- und Darmfunktion
- Förderung der Harnausscheidung (Diurese)

Natrium

- erhöhter Natriumbedarf, z.B. bei starkem Schwitzen, Sport

Kieselsäure

- Förderung gesunder Haut, Haare, Nägel und stabiler Knochen

www.heilwasser.com



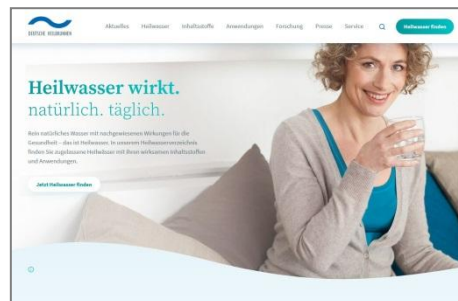
HEILWASSER wirkt. natürlich. täglich.

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 22 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**.



Abdruck honorarfrei

Belegexemplar erbeten

Für Rückfragen wenden Sie sich gern an:

Informationsbüro Heilwasser

Von-Galen-Weg 9, 53340 Meckenheim

E-Mail: presse@heilwasser.com

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

Instagram: https://www.instagram.com/heilwasser_info/

Linkedin: <https://www.linkedin.com/showcase/heilwasser-wissen/>

Kontakt:

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

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