

Ein Beitrag von Spiller Netzwerk für Gesundheit

Andreas Böttcher

Einführung

In diesen ersten Teilen stellen wir Ihnen den Unterschied von natürlichen Kristallsalz und Speisesalz vor. In den kommenden Teilen werden Sie dann mehr über die Wirkungsweise von Kristallsalz erfahren. Auch Methoden um Krankheiten zu heilen werden vorgestellt und wir werden Ihnen die Wirkung von Salzlampen erklären. Mit Kristallsalz können Sie aber auch Wasseradern und Elektrosmog neutralisieren, und selbst im Büro ein angenehmes „Klima“ erzeugen. Freuen Sie sich auf eine Serie die Sie in die Geheimnisse des Himalaya-Kristallsalz einführt, und Ihnen auf einfache Weise erklärt, wie Sie Ihre Gesundheit fördern können.

Der Kochsalz-Irrtum

Nachdem in letzter Zeit das "Kochsalz" in Verruf geraten ist, fragen sich viele Menschen: " Welches Salz soll ich kaufen? Welches Salz dient der Gesundheit am Besten? " Wenn man von Salz spricht, meint man damit Kochsalz. Dass aber ein essentieller Unterschied zwischen natürlichen Meer- und Kristallsalz und chemisch verarbeiteten, "raffinierten" Kochsalz besteht, ist für viele Verbraucher nicht bekannt. Kochsalz (Speisesalz, Siedesalz) ist die umgangssprachliche Bezeichnung für "handelsübliches Kochsalz" (NaCl), das durch den Herstellungsprozess wichtiger Elemente beraubt wurde. Der Mensch braucht täglich ca. 5g biofreundliches "Natürliches Kristallsalz" mit 84 Mineralien und Spurenelementen in ca. 200 chemischen Verbindungen in einer Solelösung als Lösungsmittel und Trägerflüssigkeit.

Bei vernünftiger Ernährung reduziert sich die erforderliche Menge auf ca. 2g. Durch körperliche anstrengende Arbeit und Sport entstehen allerdings zusätzliche "Salzverluste", die dem Körper wieder zugeführt werden müssen. Diese werden im allgemeinen täglich durch ca. 11g "Natürliches Kristallsalz" aufgenommen. Es sollte kein "Raffiniertes Salz" mit Zusatzstoffen (Trennmittel für Rieselfähigkeit des Salzes) in Speisen verwendet werden. Handelsübliches Speisesalz hat durch seine chemische Bearbeitung seine biofreundliche Struktur verloren und schwächt aus verschiedenen Gründen den Organismus. Einer der renommiertesten Wissenschaftler Jaques De Langre, Ph.D. hat sich über 30 Jahre mit dem Thema "Gesundheit und Salz" und Hypertension beschäftigt und kommt zu der Aussage: "In vielen Fällen wurde die Verminderung von hohem Blutdruck nicht durch Reduzierung von Salzkonsum erreicht. Im Gegenteil, Natrium ist erforderlich um Arterien von Fett und anderen Schadstoffen zu reinigen. "Natürliches Salz" ist ein wichtiges Mittel zur Sauberhaltung von Venen und Arterien." Eines der wichtigsten Funktionen für Salze ist die Aufgabe den Blutdruck, das Volumen, die Flexibilität der Blutgefäße zu regulieren. Es hat sich inzwischen herausgestellt, dass der genaue Zusammenhang von Salz und Blutdruck sehr komplexen Vorgängen unterliegt. Bis heute sind die genauen Zusammenhänge von Salz und Blutdruck nicht eindeutig aufgeklärt. Die Rolle des Salzes und Natrium in bezog auf den Blutdruck ist ungenügend erforscht und weitestgehend kontrovers. Bluthochdruck kann nicht allein dem Salzverbrauch angelastet werden. Andere Faktoren wie allgemeine Fehlernährung, Bewegungsmangel, Stress, Rauchen, Alkohol, die gesamte Lebensweise kann eine Rolle spielen.

Der Mensch besteht zu ca. 70% aus Wasser und ist je nach Salzverbrauch mit Mineralstoffen, und Spurenelementen in chem. Verbindungen angereichert. Das heterogene Gemisch von Mineralien und Spurenelementen, die Gesamtheit von Salzen im Körperwasser fördert mit seinem physikalischen Energiepotential die Homöostase (Fließgleichgewicht) im Flüssigkeitshaushalt des Organismus.

Chemisch hergestelltes "Raffiniertes" Kochsalz (Tafelsalz) besteht hauptsächlich aus etwa 99,95 - 99,99% Natriumchlorid (NaCl) und für die Rieselfähigkeit sind chemische Stoffe hinzu gegeben. Dieses chemisch gewonnene Kochsalz wird durch die Abspaltung bestimmter Elemente und der Hinzugabe von Trennmittel chemisch sehr aggressiv. Einige dieser Zusatzstoffe sind gesundheitsschädlich und stören den Regelmechanismus des Organismus.

Wirkung von Kristallsalz auf die Gesundheit

Im menschlichen Blutplasma und im Interstitium (Zellzwischenräume) sind Natrium-Ionen (Na⁺) und Chlorid-Ionen (Cl⁻), die häufigsten vorkommenden Ionen, vorhanden. Ein Verlust von Ionen in unseren Zellen verursacht Unausgewogenheit, ein Versagen von Zellerneuerung und Einschränkung von Wachstumsprozessen, und der Verlust der Zellen selbst. Dies führt zu nervösen Unordnungen, Gehirnschäden, Muskelschäden oder anderen Krankheiten. Es ist lebenswichtig für unsere Gesundheit, dass ein Mineralgleichgewicht und die richtige Ionen-Zusammensetzung in der salzhaltigen Lösung des Blutes vorhanden ist. Viele Krankheiten und negative Gesundheitszustände sind aufgrund von Mangel an Mineralien, die in ähnlicher Konsistenz wie im Meersalz oder "Natürlichem Kristallsalz" vorhanden sind, festgestellt worden.

Warum ist Himalaja Kristallsalz wertvoll für unsere Gesundheit?

Der menschliche Körper braucht zur Aufrechterhaltung seines extrazellulären Biomechanismus und intrazellulären Stoffwechsels unbedingt "Natürliches Kristallsalz". Die Wichtigkeit von Natursalz für die Gesundheit zeigt ein Vergleich von Meerwasser mit unserem Blut. Unsere Körperflüssigkeiten enthalten die gleichen Salze in fast gleichen Mischverhältnissen wie das Meerwasser. Unser Blut ist nichts anderes als verändertes Meerwasser, bzw. die aus Meerwasser entstandenen Natursalze mit ihrem Gehalt an 84 Elementen. Diese 84 Elemente können in unserem Organismus nachgewiesen werden. Schon von den ersten Tagen an schwimmt der Embryo im Salzwasser der Gebärmutter. Wissenschaftliche Untersuchungen weisen darauf hin, dass die 84 essentiellen Lebens Elemente des natürlichen Salzes notwendig sind, um optimale Gesundheit zu gewährleisten.

Eines der wichtigsten Funktionen für Salz, ist die Aufgabe den Blutdruck, das Volumen die Flexibilität der Blutgefäße und das Base-Säure-Gleichgewicht zu regulieren. Jedes Mal wenn durch eine Diät ein Mangel von bestimmten Elementen entsteht, verlieren die Zellen Ionenverbindungen. Dies führt zu nervösen Unordnungen, Gehirnschäden, Muskelschäden oder anderen Krankheiten. Viele Krankheiten und negative Gesundheitszustände sind aufgrund von Mangel an Mineralien festgestellt worden. Hoher Blutdruck (oder Hypertension) ist ein signifikanter Faktor für cardiovasculäre Krankheiten. Gesundheit bedeutet, dass in den Regelmechanismen des Organismus ein Gleichgewicht besteht. Bei Krankheit ist dieses Gleichgewicht gestört. Der menschliche Körper besteht hauptsächlich aus zwei Stoffen: aus organischen (z.B. Eiweiß, Fett, Glukose) und teilweise in Wasser gelösten anorganischen Mineralsalzen.

Die Heilwirkungen der Mineralsalze beruhen auf zwei Voraussetzungen:

Die Funktion einzelner Zellen oder Zellverbände ist bei Krankheiten gestört.

Durch Verlust von Mineralsalzen innerhalb und außerhalb der Zellen können schwere Krankheiten mit Mineralmangel auftreten.

Gesundheit wird demnach nicht nur als Gleichgewichtszustand der einzelnen Mineralsalze innerhalb der Zellen definiert, sondern auch deren Signale, die das Yin - und Yang Verhältnis im Organismus bestimmen. Um zum bioenergetischen Gleichgewicht zu kommen, kann der Ausgleich fehlender Energien durch Mineralsalze z.B. durch "Himalaja Kristallsalz" erreicht werden. Für eine richtige Ernährung ist es somit wichtig, dass fehlende Mineralsalze dem Körper zugeführt werden, damit die Gesundheit nicht ernsthaft gefährdet ist.

Biologie und das Salz

Tier und Mensch benötigen Salz mit Mineralstoffen zur Lebenserhaltung. Blut transportiert die Salzlösungen in den Gefäßen zu allen Zellen im Körper. Über Urin und Schweiß werden salzige Lösungen wieder ausgeschieden. Der konstante osmotische Druck in den Blutgefäßen wird durch geringe Mengen salziger Verbindungen gleichmäßig gehalten und spielt eine wichtige Rolle bei verschiedenen Zellfunktionen. Die Formen von Salz, - Sulfate, Nitrate, Phosphate und Chlorate - bestehen aus chemischen Verbindungen mit unterschiedlichen Eigenschaften, die je nach Bedarf in der Medizin verwendet werden. Ein erwachsener Mensch mit 70 Kilogramm Gewicht besteht aus ca. 60% Wasser, 40% Feststoffen, davon 5% Mineralstoffen (ca. 3,5 kg.), davon 100 Gramm Natrium und 80 Gramm Chlorid. Ein Drittel des Natriums ist in den Knochen gebunden; zwei Drittel des Natriums befinden sich in den Körperflüssigkeiten.

Ein Mensch mit einem Gewicht von 70 kg benötigt ca. 450 Gramm Kristallsalz um 50 Liter Wasser für den Stoffwechsel im Körper zurückzuhalten. Das heißt, der Regelmechanismus des Körpers benötigt 9 Gramm Kristallsalz pro Liter Körperwasser. Die tägliche Ausscheidung von Salz im Urin und durch Schweiß muss aufgefüllt werden. Reduziert sich der Anteil von Salz unter 9 Gramm pro Liter Körperwasser, trocknet der Körper aus.

Überschreitet der Anteil von Salz über 9 Gramm pro Liter des Körperwassers, speichert sich mehr Wasser als nötig im Körper. Ohne Natriumchlorid und weitere Salzverbindungen können lebenswichtige Regelmechanismen ihre Funktion nicht erfüllen: Die in den Körperflüssigkeiten vorhandenen elektrisch geladenen Salzteilchen (Natrium- und Chlorid-Ionen) erhalten den bioenergetischen Kreislauf, indem sie die Spannung zwischen intra- und extrazellulärem Raum aufrechterhalten. Nur im konstanten Spannungs-gleichgewicht von Salz und Wasser können wir ohne Schaden leben. Salz reguliert den Flüssigkeitsdruck (Osmose) im menschlichen Körper und schützt vor übermäßigen Wasserverlusten, zum Beispiel bei Durchfall oder Schwitzen. Nervenimpulse und daraus entstehende Muskelaktivitäten können nur mit Hilfe von Salz stattfinden. Der Stoffwechsel im Verdauungssystem und in den Nieren, der den Salz-Wasser-Haushalt reguliert, wäre ohne Natriumchlorid, Kalzium und Kalium unmöglich. Natrium und Chlorid sind in allen Verdauungssäften enthalten.

Natrium ist ein mineralischer Baustein der Knochen. Bei Salz-mangel kommt es zu verschiedenen Symptomen und Krankheiten; in schweren Fällen zu Schwindel, Muskelkrämpfen, Apathie, allgemeiner Abgeschlagenheit und Schockzuständen. Um bei Salzverlust schwere Komplikationen zu vermeiden, werden Salz- und Wasserverluste durch Trinken oder in der Klinik durch Salzinfusionen ausgeglichen.

Mit freundlichen Grüßen

Andreas Böttcher

