

## Wassermangel und Zivilisationskrankheiten - Teil 1

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Haben Sie schon einmal etwas über den Arzt und Forscher Dr. F. Batmanghelidj gehört? Er hat intensiv die Beziehungen zwischen Wassermangel im Körper und dem Auftreten unserer Zivilisationskrankheiten erforscht und mehrere Bücher dazu veröffentlicht. Den Inhalt seines Hauptwerkes „Wasser – die gesunde Lösung“ möchte ich Ihnen ein wenig näher bringen.

Wasser ist im Überfluss vorhanden – und doch leiden wir Mangel daran. Warum wir Wassermangel häufig nicht spüren und die Durstsignale des Körpers falsch interpretieren, warum Kaffee, Schwarztee, Bier und Cola mit Austrocknung zu tun haben, erläutert Dr. Batmanghelidj in dieser ersten Darstellung seiner neuen Präventions- und Heilmethode.

Die Quintessenz seiner langjährigen Forschung fasst er in einem neuen Paradigma (grundlegende Annahme, auf der neues Wissen aufbaut) zusammen: Krankheiten sind nicht das Ergebnis einer fehlerhaften Zusammensetzung von Stoffwechselregulatoren, sondern Durstsignale des Körpers. Man kann sie daher mit einer einfachen und äußerst wirkungsvollen „Medizin“ behandeln – mit Wasser. Das Buch möchte Wege aus der Sackgasse der modernen Medizin zeigen.

Sind Sie neugierig geworden auf die genialen Erkenntnisse dieses Autors, der uns helfen möchte, wieder selbst Verantwortung für unser körperliches Wohlbefinden zu übernehmen?

Dann lesen Sie meinen Bericht, am besten anschließend noch das Buch und dann probieren Sie Ihr neu erworbenes Wissen bitte aus. Denn wie sagte bereits unser Dichterkönig Goethe: „Es ist nicht genug zu wissen – man muss es auch tun.“

## Wie kam der Autor zu seinen außergewöhnlichen Erkenntnissen?

---

Batmanghelidj wurde 1931 in Teheran geboren. 1946 ging er an eine exclusive Secondary School in Edinburgh in Schottland. Trotz harter Konkurrenz kam er 1951 im 2. Studienjahr an die Medical School der London University am St. Mary's Hospital. Nach Abschluss des Studiums hatte er das Privileg, eine Stelle als Arzt in seiner eigenen Universität zu bekommen. Später ging er in sein Heimatland zurück, um dort beim Aufbau eines modernen Gesundheitswesens zu

helfen. Kurz vor der Revolution 1979 war er an der Errichtung eines medizinischen Zentrums für Familien beteiligt, das die größte medizinische Einrichtung im Iran werden sollte.

Die Revolutionsregierung des Iran steckte ihn ins Gefängnis und konfiszierte sein persönliches und das Eigentum seiner Familie. Man erfand Beschuldigungen, um ihn hinzurichten. Die Hinrichtung wurde aufgeschoben, als man seinen Wert als Arzt für die Gefangenen entdeckte.

Zu Beginn seiner Gefangenschaft im Evin-Gefängnis entdeckte Dr. Batmanghelidj eines Nachts den Wert von Wasser bei Magengeschwüren. Da er keinerlei Medikamente hatte, gab er einem Mitgefangenen mit starken Magenschmerzen zwei Glas Wasser. Die Schmerzen verschwanden innerhalb weniger Minuten.

In den nächsten Monaten beschäftigte er sich intensiv mit der Erforschung der medizinischen Wirkung von Wasser und verfasste einen Artikel über die Behandlung von Magengeschwüren mit Wasser. Dieser brachte ihm die Begnadigung und wurde schließlich 1982 im Iranian Medical Council Journal veröffentlicht und erschien 1983 als Leitartikel im Journal Of Clinical Gastroenterology und später wurde im Wissenschaftsteil der New York Times davon berichtet.

1982 nach seiner Entlassung aus dem Gefängnis floh er nach Amerika, wo er weiterforschen wollte. Bis dahin hatte er unter anderem mehr als 3000 Magengeschwüre und andere Verdauungsbeschwerden mit Wasser geheilt.

1983 gründete er die „Foundation for the Simple in Medicine“ (Stiftung für das Einfache in der Medizin). Die Forschungsergebnisse der Stiftung wurden in Jahressbänden herausgegeben. Dr. Batmanghelidj startete auch eine öffentliche Kampagne, um seine Erkenntnisse vielen Menschen zugänglich zu machen, da die Schulmedizin seine Entdeckungen weiterhin ignorierte – Wasser als Medizin kann man weder patentieren noch viel damit verdienen.

Sagen wir es mit Max Planck: „Eine neue wissenschaftliche Erkenntnis lässt sich gewöhnlich nicht so darstellen, dass ihre Gegner überzeugt sind. Diese sterben vielmehr aus, und eine nachwachsende Generation ist von Anfang an mit der Wahrheit vertraut.“

## **Warum die herkömmliche Medizin Krankheiten nicht heilen kann**

---

„Die modernen Mediziner verstehen nicht, in welchem Maße Wasser für die Funktionen des menschlichen Körpers lebensnotwendig ist. Medikamente dienen nicht zur Behandlung, sondern nur zur Linderung der Beschwerden. Sie können die degenerativen Erkrankungen des Menschen nicht heilen.“

Der Autor stellt das Element Wasser und seine Bedeutung für den Organismus in den Mittelpunkt seines Buches, da es seiner Meinung nach für alle körperlichen Vorgänge die führende Rolle spielt. Bei allen Krankheiten muss zunächst geprüft werden, ob nicht die eigentliche Ursache in einer Störung des Wasserhaushalts liegt, erst dann sollten andere Auslöser in Betracht gezogen werden: „Alle Menschen wissen, dass Wasser gut für den Körper ist, aber sie scheinen nicht zu wissen, wie wichtig es für unser Wohlbefinden ist. Sie wissen nicht, was mit dem Körper geschieht, wenn sein täglicher Wasserbedarf nicht gedeckt wird.“

„Um Krankheiten zu verhindern und zu behandeln, die durch Austrocknen verursacht werden, ist eine regelmäßige Wasserzufuhr notwendig...Wir zeigen auf, warum in der Mehrzahl der Fälle die genannten Beschwerden als Störungen angesehen werden müssen, die durch Wassermangel

verursacht werden. Sie brauchen sich also nicht zu wundern, wenn sich Ihr Zustand einfach dadurch bessern lässt, dass Sie täglich mehr Wasser trinken. Sie sollten sich aber an einen Arzt wenden, wenn eine Umstellung auf die Bedürfnisse Ihres Körpers nicht hilft und Sie weiterhin Beschwerden haben.“

## Die Grundlagen des Wasserstoffwechsels

---

Seit der Entstehung des Lebens im Meer hat sich an der Bedeutung des Wassers für Lebewesen nichts geändert. Als sich das Leben an Land entwickelte, mussten die Landlebewesen, einschließlich des Menschen lernen, ein wirksames Wasserrückhaltesystem im Körper zu entwickeln, um der drohenden Austrocknung zu entgehen. Diese Gefahr bedeutete großen Stress und so entstand ein Regelmechanismus der Lebewesen für das Krisenmanagement von Wasser. Bei Stress tauchen auch bei uns Menschen heute noch dieselben Mechanismen auf, die Wasserreserven werden streng rationiert. Ein komplexes System im Körper übernimmt die Regelung der vorhandenen Wasserreserven solange, bis der Körper ein eindeutiges Signal erhält, dass wieder genug Wasser da ist. „Da das im Körper zirkulierende Wasser jede Funktion überwacht und alle Vorgänge überhaupt erst möglich macht, ist eine gezielte Verteilung die einzige Möglichkeit, die Versorgung derjenigen Organe mit Wasser sicherzustellen, die als erste mit möglichem neuen Stress fertig werden müssen. Dieser Mechanismus hat sich für das Überleben ....immer mehr durchgesetzt...“

Dabei haben die Gehirnfunktionen erste Priorität. Das Gehirn wiegt ein Fünfzigstel des Körpergewichts, erhält jedoch 20% des zirkulierenden Blutes. Wenn in diesem System von Wasserverteilung und –regulierung die Rationierung immer nötiger wird, zeigen spezielle Alarmsignale an, wenn Wasser fehlt.

Man muss dazu wissen, dass das Wasser im Körper, genau wie alle anderen Stoffe, im Blutkreislauf transportiert wird. Die Gesamtblutmenge beträgt ca. 8% des Körpergewichts, das sind beim Erwachsenen etwa 5 – 6 Liter. Das Blut selbst besteht zu 55% aus dem Blutplasma, der Blutflüssigkeit, in der die Stoffe gelöst sind und zu 45% aus den Blutzellen, das sind rote und weiße Blutkörperchen sowie Blutplättchen. Das Blutplasma besteht zu 90% aus Wasser. Verliert der Körper Blut, so gleicht er die Verluste innerhalb von zwei Tagen aus, indem er Flüssigkeit aus den Zellzwischenräumen in das Kreislaufsystem aufnimmt.

In unserer modernen Gesellschaft wird Kaffee, Tee, Alkohol, Limonade und Cola als wünschenswerter Ersatz für Wasser getrunken, was sich als großer Irrtum entpuppt. Diese Getränke enthalten zwar Wasser, aber sie beinhalten auch Wasser entziehende (dehydrierende) Anteile, die nicht nur das Wasser abführen, in dem sie gelöst sind, sondern zudem Wasser aus den Reserven des Körpers. Bereits Kinder sind von Säften und Limonaden abhängig. Die Vorliebe für den Geschmack dieser Getränke führt leider dazu, dass man kaum noch den Wunsch verspürt, Wasser zu trinken. Der Autor sagt dazu: „Es ist grundsätzlich nicht möglich, das Wasser, das der Körper braucht, durch vorgefertigte Getränke zu ersetzen.“

Da die Austrocknung allmählich zum Verlust einiger Funktionen im Körper führt, wurden von der Medizin die verschiedenen feinen Signale des Körpers bei anhaltender Wassernot als Anzeichen für Krankheiten gedeutet. Diese Signale werden unangemessen mit chemischen Produkten behandelt, anstatt mit dem Trinken von Wasser Abhilfe zu schaffen. „Die verschiedenen Signale sind Indikatoren für regional vorhandenen Durst und Wassernot („Dürre“) des Körpers.“

Wenn die Alarmsignale des Körpers für Wassernot mit chemischen Produkten unterdrückt werden, so entstehen durch den Irrtum sofort Schäden an den Zellen des Patienten.

## Ursachen des Irrtums in der Medizin

---

Der Körper des Menschen besteht zu 75% aus Wasser, dem Lösungsmittel, und zu 25% aus festem Material (Stützgewebe und gelöste Stoffe). In der Medizin geht man davon aus, dass alle Funktionen durch die Kombination der gelösten Stoffe gesteuert werden und dass Wasser lediglich Lösungs- und Transportmittel ist. Immer noch wird der Körper als großes chemisches Reagenzglas betrachtet, angefüllt mit verschiedenen festen Substanzen und Wasser als Verpackungsmaterial. Die Wissenschaft glaubt, dass die gelösten Stoffe alle Aktivitäten im Körper regeln, auch die Regulierung der Wasseraufnahme, die man für gut funktionierend hält.

Von dieser Sicht ausgehend, erforschte man den Organismus dahingehend, eine besondere Substanz zu finden, die als Ursache für eine Krankheit verantwortlich ist. Daher wirken Behandlungen insbesondere der Zivilisationskrankheiten nur lindernd und nicht heilend, denn der Patient wird sein Leben lang behandelt (Bluthochdruck, Diabetes, Magengeschwür, Rheuma...)

Erst ein trockener Mund wird als Durstsignal gewertet, davor geht man davon aus, dass der Körper gut mit Wasser versorgt ist. Das hat sich in den Forschungen von Dr. Batmangelidj als Irrtum herausgestellt. Er meint: „Die Forscher hätten früher erkennen müssen, dass der Körper, um das Zerkleinern und Schlucken der Nahrung zu erleichtern, Speichel produziert, auch wenn der übrige Körper relativ ausgetrocknet ist.“

„Chronische Dehydratation heißt, dass der Körper unter einer anhaltenden Wasserknappheit leidet, die bereits einige Zeit besteht. Wie bei anderen Mangelerscheinungen, z.B. Vitamin-C-Mangel bei Skorbut, Eisenmangel bei Anämie... werden die mit dem Mangel verbundenen Beschwerden behandelt, indem man den fehlenden Stoff zuführt.“

Dr. Batmanghelidj verkündet als neue wissenschaftliche Wahrheit über den menschlichen Körper: „Es ist das Lösungsmittel – der Gehalt an Wasser – das alle Funktionen des Körpers regelt, einschließlich der Aktivität aller darin gelösten festen Stoffe. Störungen im Wasserhaushalt des Körpers (dem Stoffwechsel des Lösungsmittels) erzeugen vielfältige Signale und weisen damit auf eine Systemstörung hin: Bestimmte Abläufe, die die Wasserversorgung und die Rationierung garantieren, funktionieren nicht.“

Erst die gezielte Verteilung von Wasser stellt sicher, dass mit dem Wasser auch die darin transportierten Substanzen, Hormone, chemische Botenstoffe und Nährstoffe die lebenswichtigen Organe erreichen. Jedes Organ, das dem übrigen Körper einen Stoff zur Verfügung stellt, ist nur für Umfang und Tempo der eigenen Produktion und seiner Abgabe in das fließende Wasser (Blutkreislauf) verantwortlich, entsprechend den Anforderungen, die das Gehirn bestimmt. Erreicht nun das Wasser selbst die trockeneren Bereiche, führt es die bis dahin ausgefallenen Regelfunktionen aus.

Die Wasseraufnahme und -verteilung im Körper ist somit sehr wichtig. Die regulierenden Botenstoff- (Transmitter-)Systeme wie Histamin und ihm nachgeschaltete Botenstoffe werden bei Wasserknappheit im Körper zunehmend aktiv. Ihr Wirken sollte man nicht ständig durch den Gebrauch von Medikamenten blockieren. Besser erleichtern wir ihre Arbeit durch häufiges Wassertrinken.

## Die Wasserversorgung in verschiedenen Lebensabschnitten

---

Erstes Stadium: Der Fötus im Uterus der Mutter bezieht sein Wasser von der Mutter. Der

allererste Indikator für Wasserbedarf bei Fötus und Mutter scheint die morgendliche Übelkeit in der frühen Schwangerschaft zu sein.

Als zweites Stadium nehmen wir die Zeit des Wachstums bis zum Erreichen der endgültigen Körpergröße (ca. zwischen 18 und 25 Jahren).

Das dritte Stadium reicht vom Erwachsenenalter bis zum Tod. Der Körper trocknet vom Erwachsenenalter an immer mehr aus, weil wir die Durstsignale immer weniger wahrnehmen. Mit zunehmendem Alter verringert sich daher der Wassergehalt der Zellen, das Verhältnis zwischen dem Wassergehalt in den Zellen und dem zwischen den Zellen sinkt von einem Wert von 1,1 auf fast 0,8 ab. Das ist eine dramatische Veränderung und beeinträchtigt viele Zellfunktionen. Es beginnt eine chronische Austrocknung, wobei der trockene Mund erst das letzte Signal ist. Schlimm ist, dass man bei alten Leuten akzeptiert, dass der Mund trocken ist – es wird keine Abhilfe geschaffen.

Soviel für heute. Im nächsten Gesundheitsbrief werde ich Ihnen über die vielfältigen Aufgaben des Wassers im Körper berichten. Sie werden etwas Wasser als Medizin lesen und einige Hinweise über den Unsinn salzfreier Diäten erfahren. Im letzten Teil werde ich Ihnen dann Beispiele aufzeigen, wie man einige Krankheiten mit Wasser statt mit Medikamenten behandeln kann.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



## Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln