

“Od rozmów o zdrowiu nikt nie stał się zdrowszym. Zdrowie staje się realne, gdy w tym celu coś robimy”

(Ian Blair Hamilton)

DLACZEGO TRZEBA PIĆ ZJONIZOWANĄ WODĘ ALKALICZNĄ?

WSZYSCY MAMY ZBYT DUŻO KWASÓW

Nie wiek, ale choroby powodują starzenie. Często dziwimy się, że coraz więcej młodych ludzi, nawet dzieci, choruje na choroby wieku podeszłego. Zanieczyszczone środowisko, nieprawidłowe nawyki żywieniowe, sytuacje stresowe pogarszają przemianę i przyswajanie substancji odżywczych.

Przeznaczenie wszystkich produktów spożywczych jest jednakowe: dostarczenie składników odżywczych i energii, potrzebnych do rozwoju i wzrostu organizmu. Różnica w jakości produktów spożywczych jest określana ilością szkodliwych i zbędnych substancji, pobieranych z pokarmu przez organizm w procesie metabolicznym. Czym wyższa jakość żywności, tym organizm otrzymuje mniej kwasów i większą ilość substancji mineralnych i alkalicznych, neutralizujących kwasy. Wybierając żywność, zawsze trzeba pamiętać: substancje zasadowe (alkaliczne) unieszkodliwiają kwasy i oczyszczają organizm, a substancje kwasowe - powodują zakwaszenie i zanieczyszczenie organizmu.

Jedną z podstawowych zasad gwarancji dobrego zdrowia jest równowaga kwasowo - alkaliczna organizmu. Nowoczesna dieta składa się głównie z pokarmu zakwaszającego nasz organizm. Są to produkty mięsne, produkty z białej mąki, ryby, pieczywo białe, słodczy, kawa, napoje alkoholowe, soki pasteryzowane, napoje gazowane itd. Lista produktów alkalicznych jest bardzo skromna: świeże owoce i warzywa, świeże soki owocowe, niegazowana woda mineralna. Jest oczywiste, że utrzymanie normalnej równowagi alkaliczno - kwasowej tylko dietą jest nie jest prostym zadaniem.

Organizm stara się - powstałe w procesie przemiany materii kwasy - zneutralizować i usunąć z moczem, potem i wydychanym dwutlenkiem węgla. Aby te procesy przebiegały bez zakłóceń, z pokarmem i napojami musimy uzyskać odpowiednią ilość minerałów alkalicznych, z których najważniejsze to: potas, sód, wapń i magnez.

Niedobór substancji alkalicznych zwiększa kwasowość organizmu i zmniejsza zasadowość krwi. Dozwolony zakres wahań wskaźnika zasadowości krwi jest bardzo wąski: pH = 7,3-7,45. Nawet niewielkie odchylenia od tych wartości prowadzą do poważnych problemów zdrowotnych, a przy zwiększeniu się kwasowości krwi do pH = 6,95 człowiek traci przytomność i umiera. Dlatego, płynne pozostałości kwasowe, które mają wpływ na wskaźnik pH, organizm stara się przekształcić w stałe i zgromadzić je w różnych miejscach organizmu.

Stale substancje kwasowe nie mają bezpośredniego wpływu na wskaźnik pH, lecz mają na ogólny stan zdrowia. Zazwyczaj są kumulowane w warstwie tłuszczowej, zmniejszając w ten sposób ich wpływ na kwasowość organizmu. (Nagromadzenie tłuszczu, nadwaga jest często wynikiem nagromadzenia nieusuniętych pozostałości kwasowych). Takie zanieczyszczenia kwasowe to także cholesterol, kamienie nerkowe i żółciowe, moczany, siarczany, fosforany.

Organizm, zwłaszcza w wieku ponad 45 lat, nie jest w stanie pozbyć się wszystkich zanieczyszczeń kwasowych. One ciągle gromadzą się w różnych miejscach ciała i organizm

kwaśniej. W miejscach, gdzie gromadzą się zanieczyszczenia kwasowe, ulega zakłóceniu krążenie krwi. Do narządów nie dostarcza się wystarczająco tlenu z krwią, ich funkcje są naruszane. Dlatego, gromadzenie zanieczyszczeń kwasowych jest przyczyną wczesnego starzenia się i jedną z głównych przyczyn wielu chorób degeneracyjnych.

Tajemnica dobrego zdrowia i długowieczności tkwi w zdolności organizmu do neutralizacji i pozbycia się tych zanieczyszczeń.

Początek różnych zachorowań

W przypadku niedoboru substancji alkalicznych, organizm „pożycza” wapń z kości. To może prowadzić do rozpoczęcia się takich chorób jak osteoporoza. W przypadku nadmiaru soli kwasu moczowego, rozwija się zapalenie stawów, dna moczanowa. W przypadku braku jonów wapnia, potrzebnych do neutralizacji nagromadzonych obok trzustki zanieczyszczeń kwasowych, zakłóca się produkcja insuliny i zwiększa się ryzyko rozwijania się cukrzycy.

Obecnie bardzo popularne są leki do regulacji kwasowości żołądka. Jednak, bardzo często przyczyną zgagi jest nie wzrost kwasowości żołądka, a nadmierna kwasowość całego organizmu. Jedną z przyczyn wysokiego ciśnienia krwi jest to, że w kwaśnym środowisku krew gęstnieje. Zakłócany jest jej przepływ przez kapilary.

Pozostałości kwasowe gromadzące się w naczyniach krwionośnych mogą zakłócić dostarczanie krwi do mózgu. Organizm przykleja te cząsteczki do ścianek tętnic, a to ogranicza przepływ krwi, hamuje aktywność serca. W taki sposób zakłócanie jest krążenie krwi, zaczynają się choroby serca, rozwija się miażdżyca. Zwiększone obciążenie fizyczne, sytuacje stresowe, mogą spowodować znaczny wzrost ciśnienia krwi. Osadzone na ściankach tętnic substancje w takiej sytuacji mogą zostać z nich wypchnięte i mogą zatkać naczynia krwionośne, dostarczające krew do mózgu. W taki sposób powstaje realne zagrożenie krwotoku śródmózgowego.

Jeżeli pijemy zjonizowaną wodę alkaliczną, pozostałości kwasowe są naturalnie rozpuszczane i łatwo usuwane przez nerki.

Zasady neutralizują kwasy.

Z podstaw chemii wiemy, że zasady neutralizują kwasy. Po dotknięciu mięsa ręce stają się lepkie. Tłuszcz, który jest pochodzenia kwasowego, nie da się zmyć samą wodą. Potrzebne jest mydło, które est zasadą i neutralizuje tłuszcz, tylko wtedy ręce stają się czyste.

Większość z nas od czasu do czasu miewa bóle, występujące w różnych częściach ciała. Często ich powodem są skupienia zanieczyszczeń kwasowych, które u każdego gromadzą się w różny sposób. Objawy chorób pokazują, w których częściach organizmu są zgromadzone resztki kwasowe. Ważne jest by zrozumieć, że zanieczyszczenia kwasowe, które są główną przyczyną chorób degeneracyjnych osób dorosłych, powstają ze wszystkich produktów spożywczych, niezależnie od ich jakości i ceny. Różni się jedynie ich ilość w każdym z produktów.

Nie powinno nas zaskoczyć poprawienie się ogólnego stanu zdrowia, gdy włożymy trochę trudu w zmniejszenie kwasowości organizmu. Woda alkaliczna (opisana w kolejnej sekcji) bardzo dobrze i skutecznie radzi sobie z tym zadaniem.

NAUKOWCY I EKSPERCI O ZAKWASZENIU ORGANIZMU

Większość chorób ma wspólną przyczynę, którą wielu naukowców nazywa naruszeniem równowagi kwasowo - alkalicznej. Skutkiem tego jest zbytne zakwaszanie organizmu. Amerykański uczoney **Sang Whang** analizując wpływ równowagi kwasów i zasad na zakwaszenie organizmu, opiera się na badaniach o diecie współczesnej, prowadzonych na Uniwersytecie Kalifornijskim.

W epoce przed industrializacją gospodarki rolnej człowiek średnio spożywał 35 % mięsa i 65% substancji roślinnych. W tym okresie zawartość jonów substancji zasadowych, takich jak potas i sód, w spożywanym pokarmie była trzy-cztery razy wyższa niż obecnie. Zawartość jonów potasu w dziennej normie pokarmu zmniejszyła się od 250 do 70 mg, a jonów sodu - od 220 do 50 mg. Przy niedoborze substancji zasadowych, kwasowe pozostałości nie są w pełni neutralizowane. To z kolei powoduje szybsze starzenie się organizmu i, niestety, „odmłodzenie” chorób.

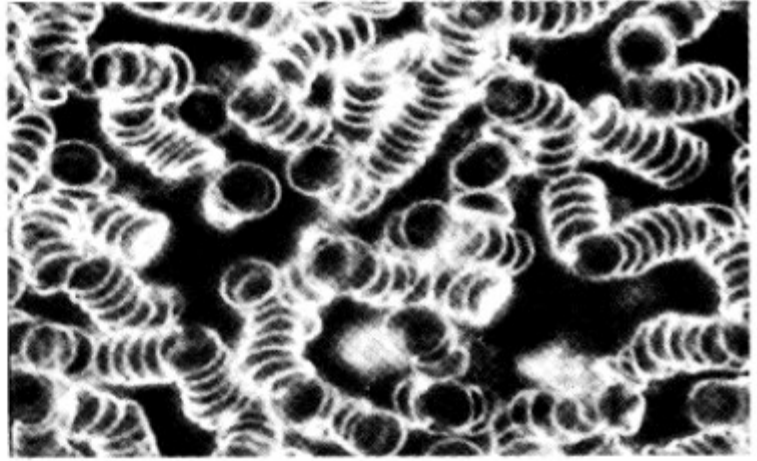
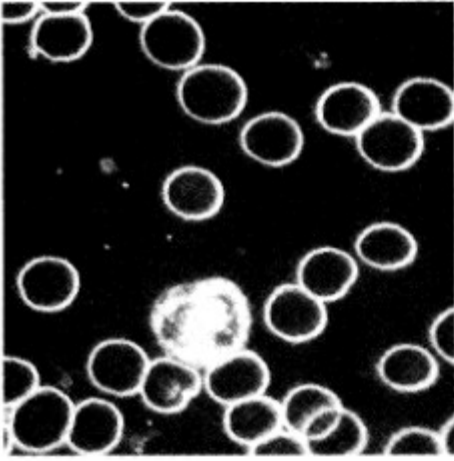
Sang Whang tak opisał konsekwencje tego zjawiska: „... Oznacza to, że z wiekiem, powstaje zbyt dużo rodników (H+) kwasu i zbyt mało węglanów wodoru (HCO³⁻), co prowadzi do zakwaszania organizmu. Przypuszcza on, że starzejąc się organizm nieuchronnie kwaśnieje.

W 1933 roku dr hab. **William Howard Hay** w swojej innowacyjnej książce „Nowa Era Zdrowia” pisze, że nagromadzenie kwasów, powodujących zatrucie organizmu, jest przyczyną wszystkich chorób: *„...twierdzenie, że wszystkie choroby, pomimo różnych ich objawów, są jedną chorobą, może wydawać się zaskakujące, ale tak naprawdę jest.”*

Dr **Susan Lark**, wykładowca uniwersytetu i autor książki „Chemia Sukcesu”, powiedziała: „cztery, sześć szklanek wody alkalicznej dziennie zmniejszy kwasowość organizmu. Wodę alkaliczną należy używać przy objawach takich chorób, jak przeziębienie, grypa czy zapalenie oskrzeli, to znaczy wtedy, gdy powstają przesłanki wzrostu kwasowości organizmu. Podobnie jak w przypadkach witamin C i E oraz beta-karotenu, woda alkaliczna działa jako przeciwutleniacz, ponieważ ma dużo wolnych elektronów. To pomaga zapobiec chorobom serca, zakłóceniom układu odpornościowego...”.

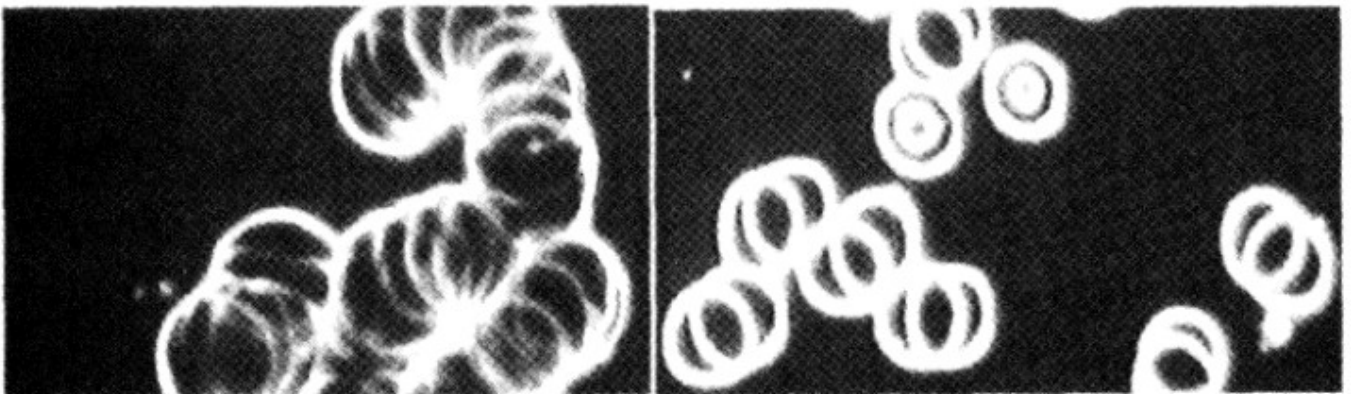
Autor książki „Odmłodzenie” **Harald Tietz** twierdzi, że stale pijąc wodę alkaliczną, zawartość pozostałości kwasowych może być zmniejszona do poziomu o wiele młodszego człowieka. A to odnawia funkcje naszego ciała.

Badania Dr **Walter Irlacher** nad wpływem wody alkalicznej na właściwości krwi oraz leczenie chorób wywołanych zwiększoną kwasowością organizmu lub zachorowań skomplikowanych spowodowały prawdziwą sensację w Niemczech. Badania naukowiec wykonała używając metody „badania krwi w ciemnym polu”.



Na zdjęciu po lewej stronie - zdjęcie krwi zdrowego człowieka. Widoczne zgromadzenie nieusuniętych pozostałości. Na zdjęciu po prawej stronie - zmiany krwi po zakwaszeniu organizmu: sklejone krwinki czerwone, tj. zagęszczona krew.

Naukowiec D. Aschbach opublikowała bardzo obiecujące wyniki badań klinicznych, przeprowadzonych w Berlinie, w klinice „Badań i praktycznego zastosowania płynów aktywowanych”, na temat wpływu wody alkalicznej na leczenie cukrzycy typu I i II. Pacjentom po terapii, gdy w ciągu 4-6 tygodni używali wody alkalicznej, konieczność wstrzykiwania insuliny zmniejszyła się do 70 %, a poziom glukozy we krwi zmniejszył się nawet do 30%. Po zakończeniu tego terminu i zaprzestaniu picia wody alkalicznej wskaźniki te obniżały się jeszcze przez 4-5 miesięcy. Dane te zostały potwierdzone badaniami naukowców Japońskich.



Na zdjęciu po lewej stronie - patologiczny stan przyczepności erytrocytów pacjenta, chorego z drugim typem cukrzycy. Na zdjęciu po prawej stronie - krew tego samego pacjenta po 14 minutach po wypiciu wody alkalicznej (pH = 9): krwinki czerwone wolno pływają w krwiobiegu.

ZAKWASZENIE ORGANIZMU MOŻE BYĆ ZATRZYMANE

Na zakwaszenie organizmu wpływa stres, negatywne emocje, ciągły pośpiech, brak odpoczynku, zbyt duże napięcie fizyczne i psychiczne, depresja. A więc, umiejętność rozluźnienia się i zapomnienia chociaż na chwilę, o problemach pozytywnie wpływa na funkcje całego organizmu. Na zakwaszenie organizmu duży wpływ mają też nowoczesne nawyki żywieniowe. W większości krajów zachodnich zakorzeniła się dieta kwasowa.

Tak jedzą nasi przyjaciele, w taki sposób obchodzimy święta. Zwiększając spożycie produktów alkalicznych (sałatki, owoce, warzywa oraz świeże soki z owoców i warzyw) powoli odbudowujemy odpowiednią równowagę kwasowo - zasadową.

Ostatnio popularna jest konsumpcja suplementów diety, które - używane stale - mogą uzupełnić organizm w elementy alkaliczne. Niestety, takie dodatki często nie są tanie i nie każdy może sobie pozwolić na stałe ich spożycie. Ponadto, występują przypadki, gdy w pogoni za korzyściami jest podawana niepełna lub nawet błędna informacja.

Pij więcej wody, nie czekaj aż poczujesz pragnienie

Woda - podstawa życia. Rodzimy się posiadając więcej niż 90 % wody. Gdy rośniemy zawartość wody stale zmniejsza się. W wieku 70 lat wody w organizmie zostaje tylko około 60 %. Od tego, ile i jakiej wody pijemy, bezpośrednio zależy nasze zdrowie. Niestety - ostatnio staje się zwyczajem zamiast wody używać napoje gazowane „doprawione” sztucznymi substancjami słodzącymi. Delektujemy się kawą, herbatami egzotycznymi itd.

Niestety większość ludzi nie pije dziś odpowiedniej wody, Właśnie wody - a nie zastępujących ją płynów; a bardzo wielu nie pije jej w ogóle. Picie kawy czy herbaty wody nie zastąpi; picie soków czy napojów także nie... Do produkcji napojów, soków itp. producenci stosują przeważnie wodę o niskim pH (kwasna), z uwagi na właściwości bakteriobójcze wody kwaśnej; (co łatwo sprawdzić - używając miernika pH, ORP, temp - jest u nas do nabycia) Problem polega na tym, że o ile woda kwaśna - jest dobra do użytku zew. - to jest b. szkodliwa do picia; tym samym pijąc takie soki, napoje - nieświadomie dodatkowo zakwaszamy - już i tak zakwaszony - swój organizm, czyli nieświadomie pogłębiaamy swe choroby, wywołujemy nowe.

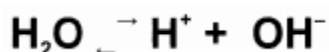
To samo dotyczy wody destylowanej, powstałej w procesie odwróconej osmozy, mineralnej, kupowanej w plastikowych opakowaniach czy butelkowanej. Należy się wystrzeżać takich wód. Prawie każda woda sprzedawana w plastikowym pojemniku jest kwasowa, minerały zostały z nich usunięte, a do butelki została wlana długo przed zakupem. Pewnie, taka woda jest czysta - ale jakim kosztem? Woda bez minerałów usunie je z Twoich kości oraz całego ciała, ponieważ wykazuje ona naturalne zapotrzebowanie na składniki mineralne. Jeżeli nie będzie ich miała od razu - zacznie ich poszukiwać. Strumień wypływający z górskich źródeł gromadzi minerały ze skał, ziemi i piasku po którym wędruje; nie pozwól aby spotkało to Ciebie.

Niejedni twierdzą, że nie czuje potrzeby wypicia zalecanej dziennej normy: 2-2,5 litra wody. Wodę pije się tylko wtedy, gdy odczuwane jest pragnienie-powiada. Tylko że jak odczuwasz pragnienie - w twoim ciele już brakuje od 0,5 do 1 litra wody. Dlatego nasze komórki często są „suche”, a to komplikuje wszystkie procesy chemiczne naszego organizmu. **Sucha skóra czy zmarszczki nie są oznaką starości, ale braku odpowiedniej (alkalicznej) wody.** Woda, zanim stanie się głównym składnikiem płynu międzykomórkowego zostaje w organizmie przetworzona. Płyn międzykomórkowy oddziela każdą naszą komórkę, przekazuje do komórek substancje odżywcze i usuwa odpady procesów metabolicznych. Woda - to obwód elektryczny, przekazujący wiadomości do każdej części ciała. Zaletą wody - w porównaniu z pokarmem - jest fakt, że nadmiar wody jest z łatwością usuwany z organizmu. Poddając wodę działaniu stałego prądu elektrycznego, uzyskiwana jest woda zjonizowana, posiadająca wyjątkowe właściwości, które mogą znacznie poprawić procesy życiowe naszego organizmu.

ZJONIZOWANA WODA ALKALICZNA - TO DAR PRZYRODY!



Elektroliza wody - rozpad cząstek wody H₂O, w wyniku przepuszczenia przez wodę stałego prądu elektrycznego. Podczas elektrolizy woda rozdziela się na dwie części: alkaliczną, w której dominują ujemne jony hydroksylowe OH⁻, i kwaśną, w której dominują dodatnie jony wodorowe H⁺



Sole mineralne rozpuszczone w wodzie, w czasie elektrolizy także podlegają rozkładowi na posiadające dodatni ładunek jony metali (wapń, potas, sód, magnez) i posiadające ujemny ładunek niemetały (chlor, fosfor, siarka).

Po zakończeniu procesu elektrolizy, parametry wody powracają do początkowych. W celu utrzymania osiągniętych właściwości na dłuższy czas są używane specjalne urządzenia - jonizatory wody. W tych urządzeniach, naczynie, w którym zachodzi elektroliza, jest podzielone specjalną membraną półprzepuszczalną na dwie sekcje. W każdej sekcji znajduje się jedna z dwóch elektrod (anoda lub katoda), przez które przepuszczany jest stały prąd elektryczny.

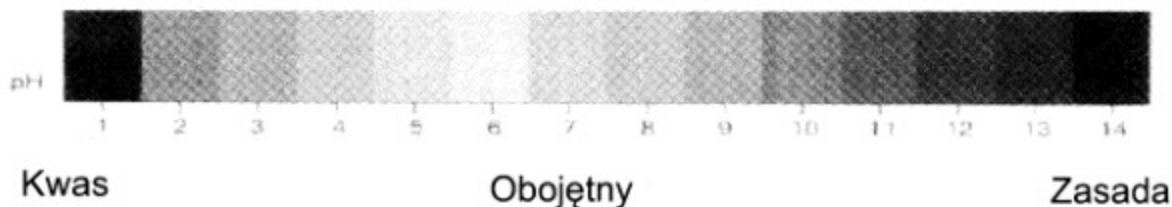
Przez membranę z lekkością przechodzą wolne elektrony i jony, ale nie mogą przedostać się o wiele większe cząstki wody. Z tego powodu po zakończeniu elektrolizy woda nie miesza się i w ten sposób są utrzymywane otrzymane właściwości.

Podczas elektrolizy katoda przyciąga dodatnio naładowane jony metali, a anoda jony naładowane ujemnie. Dlatego, w jednej sekcji naczynia, obok katody, skupiają się dodatnie jony metali takich jak potas, sód, wapń, magnez (zjonizowana woda alkaliczna). W innej (obok anody) skupiane są ujemne jony chloru, siarki, fosforu (zjonizowana woda kwasowa).

Zjonizowana woda alkaliczna, tak samo jak i kwasowa, otrzymuje i przez pewien czas utrzymuje właściwości, które ją całkiem różnią od siebie i od początkowych właściwości wody z kranu. To prowadzi do całkiem różnego użycia zjonizowanej wody alkalicznej i zjonizowanej wody kwasowej.

WŁAŚCIWOŚCI WODY ZJONIZOWANEJ

1. Wskaźnik pH pokazuje, w jakim stopniu każda substancja jest kwasowa (tj. ile jonów H⁺ taka substancja posiada). Wartości pH mogą wahać się od 0 do 14.



Gdy pH wzrasta od **7 do 14**, wzrasta alkaliczność (wzrasta ilość jonów hydroksylowych OH⁻ i zmniejsza się ilość jonów wodorowych H⁺). Wartości wody alkalicznej najczęściej znajdują się w przedziale od pH=8 do pH=12.

Gdy pH zmniejsza się od **7 do 0**, wzrasta kwasowość (wzrasta ilość jonów wodorowych H⁺ i zmniejsza się ilość jonów hydroksylowych OH⁻). Wartości wody kwasowej najczęściej znajdują się w przedziale od pH=2 do pH=6.

Wiadomo, że płyny ustrojowe organizmu (oprócz kwasu żołądkowego) - krew, płyn międzykomórkowy, limfa - są lekko alkaliczne. Najważniejsze są parametry krwi. Organizm może odpowiednio funkcjonować, tylko wtedy, gdy krew jest lekko alkaliczna (**pH= 7,35 – 7,45**).

2. Potencjał utleniania-redukcji (ORP) określa zdolność roztworu do oddania lub przyjęcia elektronów. Wartości ORP (mV) mogą być ujemne lub dodatnie.

Ujemny ORP pokazuje, że w roztworze są wolne elektrony. Takie wartości posiada woda alkaliczna, która staje się „dawcą” elektronów. Im bardziej potencjał jest ujemny, tym w roztworze będzie więcej wolnych elektronów. Większa będzie też możliwość przekazania tych elektronów.

Dodatni ORP pokazuje, że w roztworze wolnych elektronów brakuje. Takie wartości posiada woda kwasowa. Im dodatni potencjał będzie większy, tym bardziej będzie zwiększać się właściwość do pobierania elektronów z innych substancji. Z tego powodu woda kwasowa posiada właściwości bakteriobójcze.

Wartości ORP w ciele ludzkim w zależności od narządu wahają się od +50 do -200mV. W tym samym czasie ORP wody pitnej (z kranu, studni, sprzedawanej w butelkach) i praktycznie wszystkich napojów gazowanych waha się w przedziale od +150 do +250 mV (Coca cola +350mV). Różnica w wartościach ORP płynów organizmu i płynów, które pijemy pokazuje, że aktywność elektronów w organizmie jest znacznie większa. Z tego powodu organizm musi wykorzystywać swą energię życiową dla korekcji ORP spożywanych napojów.

Wartości pH i ORP w wodzie alkalicznej są zbliżone do wartości płynów organizmu (krew, płyn międzykomórkowy, limfa). Powoduje to że woda alkaliczna, której pH =8,5 - 9,5 i ORP = -100 ...-200 mV jest bardzo odpowiednia do picia. Wytwarzanie takiej wody zajmuje 2-5 min, w zależności od wybranej modyfikacji jonizatora wody. Dokładne parametry wody zjonizowanej są podawane w instrukcjach technicznych jonizatorów.

Zjonizowana woda alkaliczna jest odpowiednia dla codziennego picia, jako efektywny środek profilaktyczny (patrz: „Pięć zalet wody alkalicznej”). Rekomenduje się codziennie wypić nie mniej niż 2 - 2,5 litra zjonizowanej wody alkalicznej.

Wartości pH i ORP wody kwasowej pokazują, że woda ta jest odpowiednia tylko dla użytku zewnętrznego. Dodatnie wartości ORP wskazują na niedostatek elektronów. Woda kwasowa brakuje elektrony pobiera od mikroorganizmów, bakterii, patogenów, i w ten sposób je niszczy. Dlatego woda kwasowa jest wspaniałym środkiem bakteriobójczym.

PIĘĆ ZALET ZJONIZOWANEJ WODY ALKALICZNEJ:

1. Przeciwutleniacz naturalny

Zwykła woda bardzo dobrze nawadnia nasz organizm, ale sama w sobie jest "utleniająca", co jest przyczyną nowotworu u 2 na 100 000 osób. "Utlenianie" jest także przyczyną między innymi rdzewienia gwoździ oraz chorób komórek w ciele ludzkim. Alkaliczna woda jonizowana nie jest "utleniająca", wręcz przeciwnie; odwraca efekty utleniania i leczy komórki, jest naturalnym silnym przeciwutleniaczem.

Ujemny ORP (-150 ...- 250 mV) - oznacza, że w wodzie alkalicznej są wolne elektrony, tj. elektrony, które mogą być przekazane. Ta właściwość jest szczególnie skuteczna przy neutralizacji szkodliwych skutków wpływu wolnych rodników.

Wiadomo, że wolne rodniki to cząsteczki, którym brakuje elektronu. Są to nadtlenki, cząsteczki tlenu bez jednego elektronu itd. W organizmie powstają one naturalnie, w procesie reakcji metabolicznych. Odpowiednia ilość wolnych rodników w organizmie jest niezbędna. Chronią one organizm od bakterii, wirusów, niszczą komórki zwyrodniałe.

Problemy rozpoczynają się wtedy, kiedy powstaje nadmiar wolnych rodników, które w celu uzyskania brakujących elektronów, nieustannie atakują zdrowe komórki organizmu, a tym samym naruszają normalną ich działalność oraz powodują różne choroby. Mogą rozpocząć się niekontrolowane reakcje chemiczne, które stymulują rozwój nowotworów i innych chorób.

Pijąc wodę alkaliczną, organizm otrzymuje dodatkową ilość wolnych elektronów, które są absorbowane przez wolne rodniki. Ze względu na właściwości antyoksydacyjne wody alkalicznej chronione są zdrowe komórki, jest wzmacniany system odpornościowy organizmu.

2. Alkalizuje organizm

ALKALICZNE WARTOŚCI pH = 8,5 - 9,5 są najbardziej odpowiednie dla środowiska wewnętrznego organizmu. Płyny wewnętrzne, z wyjątkiem kwasu żołądkowego, a także narządy są lekko alkaliczne. Najbardziej alkalicznymi są narządy i krew noworodków (pH krwi= 7,45). Niestety, w procesie wzrostu i rozwoju organizmu, stają się one bardziej kwaśne. Alkaliczność krwi zmniejsza się, skupienia pozostałości kwasowych i związane z tym ryzyko chorób, rośnie, a niezbędne do zmniejszenia kwasowości minerały alkaliczne organizm może otrzymać tylko razem z odpowiednią żywnością i napojami.

W wodzie alkalicznej, jak mówi sama jej nazwa, oprócz jonów hydroksylowych znajdują się także - wymagane do neutralizacji pozostałości kwasowych - jony metali alkalicznych (wapnia, magnezu, potasu, sodu). Są one niezbędne w dość sporych ilościach dla prawidłowego funkcjonowania większości narządów. W wodzie alkalicznej brak kwasotwórczych resztek soli (chloru, siarki, fosforu, itd.). Pozostają one w wodzie kwasowej. **Dlatego, codziennie pijąc wodę alkaliczną, organizm otrzymuje wystarczające ilości minerałów alkalicznych, utrzymywane jest alkaliczne środowisko organizmu, zmniejsza się zakwaszenie organizmu, a tym samym wzmacnia się odporność organizmu na choroby.**

3. Bezpośrednie absorbowanie

MNIEJSZE FORMACJE MOLEKULARNE. Cząsteczki wody alkalicznej są połączone w znacznie mniejsze formacje (5-6 cząsteczek) niż w zwykłej wodzie pitnej (10-13 cząsteczek). Dlatego, woda alkaliczna - z uwagi na inną budowę niż zwykła woda - łatwiej i szybciej przedostaje się do komórek; (pojawia się w płynie mózgowym już w ciągu 1 minuty od spożycia, **co może poprawić zdolność myślenia i koncentracji.**) Woda z takimi właściwościami znacznie lepiej nawadnia tkanki, rozpuszcza i usuwa najtrudniej osiągalne toksyny. Woda alkaliczna bardzo skutecznie neutralizuje i rozpuszcza skupione pozostałości kwasowe, które potem są łatwo usuwane przez nerki.

4. Bardziej ciekła

MNIEJSZE NAPIĘCIE POWIERZCHNIOWE. Napięcie powierzchniowe wody alkalicznej jest prawie dwa razy niższe niż wody wodociągowej. Oznacza to, że alkaliczna woda jest bardziej ciekła, „mokra”. Pamiętając to, że krew to 90 % wody, łatwo zrozumieć, że gdy dostarczamy wystarczającą ilość wody alkalicznej, krew staje się bardziej ciekłą. Jest to bardzo ważne, ponieważ gdy organizm kwaśnieje, krew zagęszcza się, zakłóca się krążenie krwi, zwiększa się zagrożenie powstania skrzepów krwi, w rezultacie np. zawałów serca.... Gdy pijemy wodę alkaliczną, krew staje się rozrzedzona zaś - a taka krew rozpuszcza złoży w żyłach.

5. Więcej tlenu

ZWIĘKSZONA ZAWARTOŚĆ TLENU. W wodzie alkalicznej dominują ujemne jony OH - Dlatego, pijąc wodę alkaliczną organizm otrzymuje proporcjonalnie dodatkową dawkę tlenu. A gdzie tlen, tam i życie, energia. Proces przemiany materii w dużym stopniu zależy od rodzaju środowiska, w którym odbywa się ten proces. W przypadku braku tlenu, węglowodany rozkładają się tylko częściowo, zaczyna się proces fermentacji. To jest bardzo ważne, bo wiemy, że rak rozwija się w warunkach, w których procesy przemiany materii odbywają się w środowisku z niską zawartością tlenu.

W ciągu ostatnich 30 lat świat fascynują wskaźniki zdrowia populacji Japonii, Korei Południowej. W tych krajach są wprowadzane nowoczesne technologie poprawy jakości wody i jej wskaźników biologicznych. W Japonii prawie co piąta rodzina używa wodę alkaliczną. Każdego roku ta ogromna grupa użytkowników wzrasta o jeszcze jeden milion. W Japonii i Korei Południowej istnieją szpitale, w których zamiast drogich leków i antybiotyków często używana jest woda alkaliczna i woda kwasowa.

Warto zauważyć, że siłą napędową tej rewolucji zdrowia są nie firmy farmaceutyczne czy też instytucje medyczne, a sami ludzie, którzy wybierają, w jaki sposób najlepiej zadbać o swoje zdrowie.

“Od rozmów o zdrowiu nikt nie stał się zdrowszym. Zdrowie staje się realne, gdy w tym celu coś robimy” (Ian Blair Hamilton)

Więcej informacji w książce: „Woda zjonizowana życie bez chorób”, autorzy Telesforas Laucevicius, i prof. Stanisław Więckowski - którą otrzymujesz od nas gratis w prezencie:-)

Informacje dodatkowe.



Problemy z wodą:

1 - woda miejska – problemy:

- Zanieczyszczenia u źródeł doprowadzanej wody. Rzeki oraz kanały, które są źródłami doprowadzanej wody ulegają zanieczyszczeniu przez ścieki naturalne, ścieki przemysłowe oraz podniszczone środowisko. Na terenach wiejskich (wydawałoby się najzdrowszych), gdzie nierzadko wodę pobiera się ze studni, i gdzie stosuje się nie zawsze umiejętnie chemiczną ochronę roślin - istnieją możliwości skażenia wody pestycydami.
- Zanieczyszczenia w rurociągach. Drugorzędne zanieczyszczenie jest spowodowane zużytymi rurociągami i osadem gruntowym.
- Zanieczyszczenia zbiorników wodnych i instalacji wodnych w blokach, budynkach mieszkalnych i gospodarstwach domowych. Zanieczyszczanie wody trwa aż do momentu doprowadzenia jej do domu.
- Niedostateczna konserwacja, zużycie oraz defektywna struktura linii doprowadzania wody skutkuje jej ciągłym zanieczyszczaniem od samego źródła aż po kran w Twoim domu
- W Polsce, aby uniknąć zagrożeń biologicznych, woda poddawana jest uzdatnianiu. Jednak ze względu na fatalną jakość wody używanej do uzdatniania, produkt końcowy jest często trudny do przełknięcia. Ostatnio podjęto próby ozonowania wody, ale dotyczy to drogi do danego bloku; instalacja w bloku może nadal powodować zanieczyszczenia wody doprowadzonej do kranu.

2 - woda źródlana – problemy:

- Ograniczenia i zawodność naturalnych zasobów wody.

Nawet woda płynąca z górskiego źródła nie będzie nieskończenie tryskać. Taka woda co prawda jest zupełnie naturalna, jednak droga którą musi przebyć zanim zostanie doprowadzona do użytkowania jest bardzo długa. Pozwalanie na eksploatację wody źródlanej bez środków ostrożności oraz poznania ograniczeń danych zasobów jest po prostu niszczeniem środowiska.

- Zanieczyszczenie wody podziemnej oraz problemy z zamykaniem ujęć wodnych.

Bardzo często ujęcia wodne nie zostają odpowiednio zabezpieczone po zakończeniu wykorzystania. W przypadku nie podjęcia odpowiednich środków bezpieczeństwa, przez ujęcia przedostają się zanieczyszczenia, docierając nawet kilkadziesiąt metrów pod ziemię i zanieczyszczając główny bieg wody.

- Procesy wytwarzania wody źródlanej często nie spełniają wymaganych norm.

Bezmyślne wykorzystywanie samych źródeł wody, bez odpowiednich badań naukowych i zachowania standardów higienicznych, może prowadzić do kolejnych zanieczyszczeń wody.

- Przechowywanie sprzyja rozwojowi bakterii i przecinkowców.

Nawet jeżeli do naszego domu jest dostarczana woda źródlana, może ona również być zanieczyszczona przecinkowcami.

3 - woda oczyszczona – problemy:

- Geneza oraz problemy oczyszczania wody metodą odwróconej osmozy

- Oczyszczanie metodą odwróconej osmozy było początkowo rozwijane w celu przefiltrowywania wody zanieczyszczonej oraz wody morskiej, dla celów przemysłowych i eksperymentalnych. Ze względu na jej przeznaczenie, skupiono się wyłącznie na kwestii czystości wody, zupełnie zaniedbując kwestię zawartości minerałów.

- Zasada działania filtrów używających metody odwróconej osmozy

- Bardzo popularne i rozpowszechnione filtry wody używające metody odwróconej osmozy, siłowo filtrują wodę otworami, których rozmiar to tylko 0.0001 mikrona. Cały ten proces odbywa się na powierzchni membrany przy użyciu ciśnienia wody, mechanicznie pozwalając przepływać molekułom wody, a zatrzymując ciężkie metale i bakterie, ale także pozytywne dla naszego zdrowia minerały takie jak wapń, potas, magnez. Pomimo, że nieczystości zostają wyeliminowane, taka woda, w której wyeliminowano również minerały nie jest korzystna dla naszego zdrowia. Jest ona niczym innym jak po prostu wodą destylowaną.

Skąd się bierze kwasowość organizmu:

Kwasowość organizmu - przyczyna wielu schorzeń geriatrycznych):

-stres; -brak wysiłku fizycznego; -zanieczyszczone środowisko (zanieczyszczenie wody, powietrza, brud); -coraz większe spożycie kwaśnego jedzenia (większość jedzenia przetworzona termicznie: (chleb, makarony, zboża, mięso, ciasta, ryby, cukier, alkohol, mąka, dodatki do żywności, substancje słodzące, konserwujące).

Etapy w kierunku kwasowości:

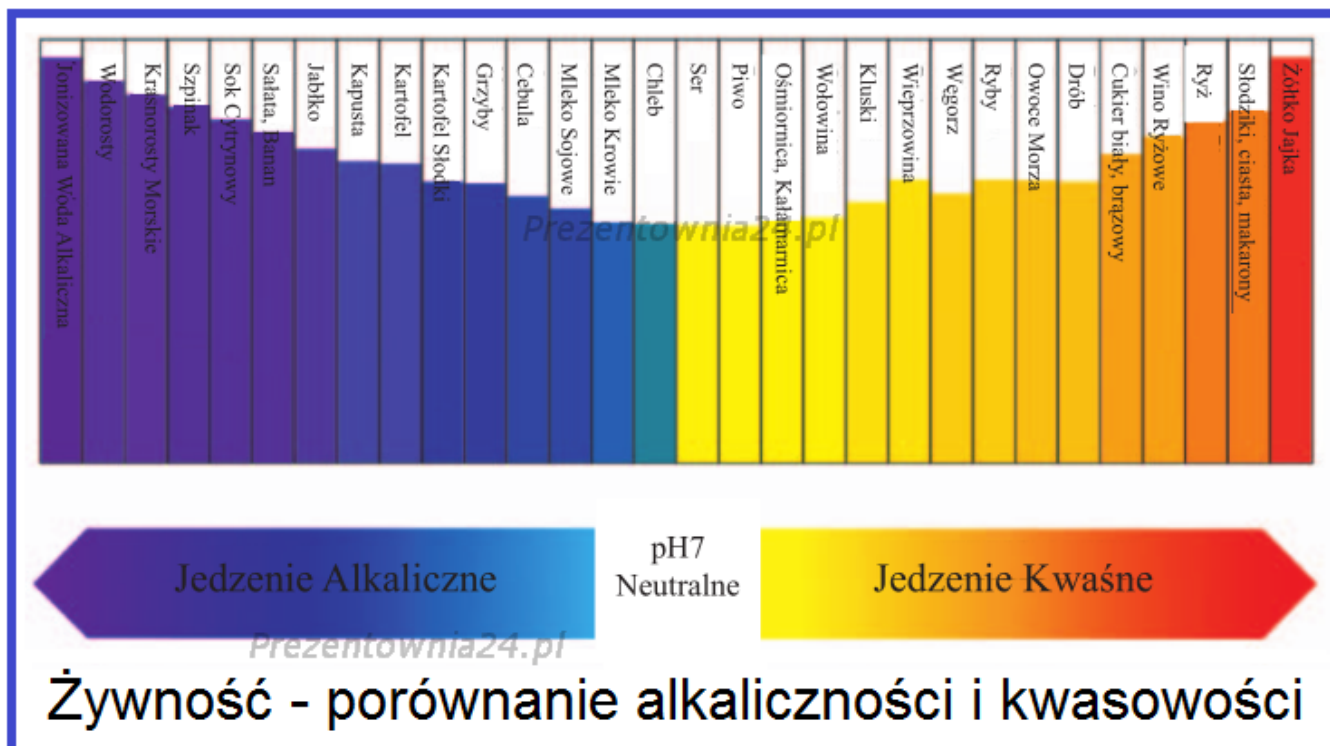
- 1: zanieczyszczenie krwiobiegu i zawroty głowy, zmęczenie, ból w ramionach, osłabiona odporność, nagromadzenie szkodliwych substancji
- 2: zaburzenia wydalania i zaparcia, zabarwienia skórne, problemy z żołądkiem, biegunka
- 3: utrata funkcjonalności jelit i anemia, nieregularność i problemy z koncentracją
- 4: choroby przewlekłe i choroba organiczna serca, niewydolność wątroby, niewydolność nerek, nadciśnienie, cukrzyca, wrzody żołądka, nowotwory, alergię.

Jedzenie alkaliczne a jedzenie kwaśne

Ciało człowieka jest w najlepszej kondycji jeżeli utrzymuje alkaliczność na poziomie pH 7.4, a w przypadku skóry, kwasowość na poziomie pH 4.5 ~ 5.6. (Alkaliczna woda jonizowana jest bardzo istotnym czynnikiem korzystnie wpływającym na poprawność naszej diety.)

- Potrzebujemy jedzenia alkalicznego dla ciała oraz kwaśnej wody jonizowanej dla naszej skóry. Nawet dziesiątki lat temu, ludzie głównie spożywali jedzenie alkaliczne, takie jak warzywa, owoce, czy orzechy, które są produktami naturalnymi. Jednakże, z czasem nasza dieta zmieniła się na wzór zachodniego stylu i wolimy kwaśne lub przetworzone jedzenie, które bardziej skupia się na smaku niż wpływie na nasze zdrowie.
- Dieta opierająca się na kwaśnym jedzeniu cechuje się poniższym:
 - jedzenie kwaśne zawiera mniej minerałów i witamin niż jedzenie alkaliczne, więc dieta opierająca się na kwaśnym jedzeniu skutkuje niedoborem minerałów i witamin.
 - nagromadzenie kwaśnych szkodliwych substancji w ciele prowadzi do większości chorób cywilizacyjnych.
 - obniżenie skuteczności układu immunologicznego sprawia, że organizm jest bardziej podatny np. na przeziębienie.
 - osłabienie odporności kości może prowadzić do osteoporozy, skoliozy lub chorób zębów.

Płyny ustrojowe człowieka mają alkaliczność na poziomie pH 7.4. Codzienne nawadnianie organizmu jonizowaną wodą alkaliczną przywróci znacznie szybciej zdrowie naszemu organizmowi. pH wody alkalicznej waha się od 7,5-10 i zneutralizuje ona przechowywane kwaśne odpady oraz delikatnie usunie je z komórek naszego ciała.



Porównanie różnych typów wody:

	Woda miejska zagotowana	Woda ze źródła górskiego	Woda oczyszczona - odwrócona osmoza	Alkaliczna woda mineralna
Wielkość cząsteczek wody	111,6 Hz	100 Hz	150 Hz	54 Hz
Zawartość tlenu	Brak	Przeciętna	Przeciętna	Wysoka
Minerały (nutrienty)	Przeciętna ilość	Mała ilość	Brak	Bogata w minerały
Właściwości sterylizujące	Dobre	Żadne	Żadne	Bardzo dobre
Siła wchłaniania	Niezbyt dobra	Niewielka	Niezbyt dobra	Bardzo dobra
Właściwości lecznicze	Brak	Brak	Brak	Wspaniałe efekty lecznicze (zatwierdzona jako środek medyczny)

Praktyczne zastosowania alkalicznej wody jonizowanej

Picie wody, poza tym: Leczenie kaca, Przygotowywanie ryżu, Eliminowanie cierpkości, Gotowanie warzyw, Przygotowywanie kawy lub herbaty, Mieszanie drinków, Przygotowywanie mleka w proszku, Uzupelnianie płynów po wysiłku fizycznym, Usuwanie plam z odzieży, Hodowla kwiatów i innych roślin, Parzenie ziół leczniczych, Hodowla kielków fasoli, Przynoszenie ulgi w kaszlu, Dla zwierząt domowych...

Praktyczne zastosowania kwaśnej wody jonizowanej

Mycie warzyw oraz owoców, Gotowanie jajek, Mycie mięsa oraz ryb, Gotowanie makaronu; Wyrabianie ciasta; Mycie naczyń; Czyszczenie (dezynfekcja) deski do krojenia oraz ścierki do naczyń; Sprzątanie, czyszczenie (dezynfekcja) łazienki oraz toalety; Mycie samochodu, Usuwanie osadów z filiżanek oraz dzbanków na herbatę, Pranie odzieży, Splukiwanie włosów po myciu, Mycie zębów oraz twarzy, Woda do nawilżacza, Usuwanie zanieczyszczeń z mebli...

(Więcej zastosowań: medycznych i gospodarczych - w dokumencie pdf wyżej: "Rekomendacje zastosowań...")

Picie wody alkalicznej

Zwykle woda, która nadaje się do picia mieści się w zakresie pH o granach 7.0 – 9.5. Większość osób decydujący się na swoją podróż z jonizatorami rozpoczyna picie wody od wartości 8.0 a następnie stopniowo podnosi jej wartość aż do 9.5; to pozwala na zbudowanie wyższej zasadowości ciała oraz doprowadza do procesu zwanego reakcją Herxeimera.

Jest to coś pożądanego i pokazuje że woda zmienia ciało i wyciąga je ze stanu nadkwasoty. W zależności od powagi danej choroby lub stopnia kwasowości ta „reakcja” nie powinna trwać relatywnie długo. Jej objawami może być senność, zmęczenie, bóle głowy lekkie bóle brzucha etc. Jeżeli reakcja ta stanie się zbyt przewlekła powinniśmy zmniejszyć pH przyjmowanej wody ale za to ZWIĘKSZYĆ jej spożywaną ilość. Dzięki temu ciało wypłucze „nagromadzone” toksyny a redukcja pH pozwoli na spowolnienie stymulacji wewnętrznych trucizn.