

Liter von Kaffee, Tee, Säften, ich stürze Mengen von Flüssigkeiten hinunter. Kaffee zum Wachhalten, Tee zum Weiterarbeiten, Saft weil er schmeckt. In der Kneipe bestelle ich das nächste Glas, ehe das eine leer ist. Manchmal beneide ich die, die den ganzen Abend mit einem Glas verbringen können. Aber Wasser – das wäre nichts für mich. Ich schüttele mich bei dem Gedanken, dieses fade Zeug zu schlucken. Trinken soll doch ein Genuß sein. So wie ich auch gern esse.

Dann übernehme ich in der „Giftgruppe“ das Thema Getränke, arbeite über das Wasser, über das ich mich so erhaben hinwegsetze. Merke, daß ich wenig weiß. Nur die Formel H_2O , daß wir ohne Wasser nur ein paar Tage leben können und daß wir – wie alles Lebende – zu 70 % aus Wasser bestehen. Wasser als Heilmittel, davon hatte ich noch nichts gehört. Nun lese ich, daß der Körper, um sich zu entgiften, davon abhängig ist, täglich 2-3 l Wasser aufzunehmen. Daß er an anderen Flüssigkeiten wie z.B. Säften so viel an Kalorien, Vitaminen usw. zu verarbeiten hat, daß es ihm schwerfällt, auch noch die nötige Flüssigkeit zu entziehen. Ich habe nie 2 oder 3 l Wasser getrunken, bin also im Sinne der Waerland-Therapie wasserunterernährt. Folgen der Wasserunterernährung sind schlechter Mundgeruch, Schweiß, der stinkt, Schleim im Hals und eine verstopfte Nase. Ich laufe zum Wasserhahn, trinke, merke wie sich in meinem Hals ein Brocken löst und wie ich leichter durch die Nase atme. Mein Versuch überzeugt mich. Ich bilde mir sogar ein, daß ich Arme und Beine leichter bewegen kann, da das Wasser die Gelenke von Ablagerungen befreit. Wasser soll gegen Rheuma helfen. Meine Abwehr gegen Wasser ist verschwunden.

Schon sechsmal getrunkenes Wasser

Aber Wasser ist nicht gleich Wasser. Beim Besuch einer alternativen Bäckerei probiere ich Brunnenwasser, vergleiche es mit dem Leitungswasser. Zum ersten Mal spüre ich, wie scharf die Chemikalien auf der Zunge ätzen. Chemische Kontrolle macht das Leitungswasser zu dem bestüberwachten „Lebensmittel“. So sind im Wasser stets Stoffe, die das Wasser klären, entkeimen, entsäuern und enthärten sollen. Nicht wenige werden nur hinzugefügt, um die öffentlichen und privaten Wasserrohre zu schützen. Da kommt eine ganze Liste an Stoffen zusammen, die wir täglich mit dem Leitungswasser in uns aufnehmen: Eisen- und Aluminiumsalze, Tone und Aktivkohle, Chlor und Chlorabspaltende Verbindungen, Ozon und Silbersalze, Calciumcarbonat, Magnesiumcarbonat,

Kalk, Phosphate u.ä. Zwar dürfen nach der „Reinigung“ des Wassers von all diesen Stoffen nur noch Restmengen im Leitungswasser sein – diese „Restmengen“ gehen jedoch Verbindungen ein mit den Chemikalien, die wir in der übrigen Nahrung in uns aufnehmen. So ist schon eine zu starke Chlorierung des Wassers für uns schädlich. Nach Ansicht von Genetikern führen im Wasser oder Körper gebildete Chlorverbindungen zu Erbschäden.

Das Wasser, das wir aus den Leitungen bekommen, stammt zwar aus dem Grundwasser – trotzdem ist es z.T. Wasser, das immer wieder verwendet wird. Aus den USA ist bekannt, daß das Trinkwasser, das aus den Leitungen kommt, schon durch 6-8 Menschen hindurchgegangen ist. Das Wasser wird zwar gefiltert und chloriert – aber es gibt immer mehr Viren, die sich vor dem Chlor schützen können. Eine Pipeline von der Toilette zum Mund, die noch ekelerregender ist als die Klimaanlage im Krankenhaus, die die Bazillen mit Sicherheit in jedes Zimmer bringt. Durch die Wiederverwendung des Wassers konnte sich z.B. die Hepatitis in den USA ausbreiten.

Auch wenn das Wasser bei uns noch zum größten Teil aus dem Grundwasser stammt, so haben wir doch keine Garantie mehr für die Reinheit des Wassers. Es ist längst nicht mehr so, daß nur die Flüsse, Seen und Meere Sammelbecken für Gifte sind, für die die biologische Reinigung – nicht zuletzt aufgrund der Erwärmung der Flüsse – nicht mehr ausreicht. Zwar werden die Abwässer der Industrie häufig in Flüsse geleitet (und töten dort den Fischbestand), aber ins Grundwasser gelangt fast ebenso viel. Aus den Abraumhalden des Bergbaus laugt der Regen Schwefel heraus, die Aschenberge der Kohleverbrennung geben saure Abwässer; Abfälle von Erdölraffinerien, ausgelaufene Erdöl- und Benzintanks bedrohen auch das Grundwasser mit der Ölpest. Dazu kommen die Spül- und Reinigungsmittel aus der Industrie und den Haushalten, deren Wirkung auf das Grundwasser so gut wie unbekannt ist. Die Nitratverschmutzung aus der chemischen Düngung der Felder ist nicht nur in den Pflanzen, die wir essen, sie ist auch im Grundwasser. Und – Abfälle aus dem Uranbergbau haben bereits Flüsse radioaktiv verseucht – wie steht es hier um das Grundwasser?

Chemie-Müll, der schon seit Jahren vergraben ist, fließt aus den verrosteten Fässern ins Grundwasser. Im März dieses Jahres war es im Baden-Württembergischen Grenzach-Wyhlen, wo der Chemie-Müll im Grundwasser chemische Verbindungen einging, die krebserzeugend sind. In Berlin-Zehlendorf wurde Nitrat im Brunnenwasser gefunden, an dem

Wasser und andere Getränke



Abb.: Stift Göttweig, Österreich

Nach dem Genuß
den Mund
gründlich spülen

Säuglinge sterben könnten. Gefährliche Konzentrationen von Cadmium und Chrom, die Nerven- und Knochen-schäden auslösen, wurden in 20 Großstädten der USA gefunden. Sie stam-

men aus militärischen Abfällen, die während des 2. Weltkrieges eingelagert wurden. Und im Februar dieses Jahres sind in Frankfurt 200.000 Liter Flugbenzin ausgelaufen, das „entgegen den ersten Annahmen der Behörden doch ins Grundwasser gelangt“. Man wolle – heißt es – drei Brunnen bohren und das Kerosin aus dem Grundwasser abpumpen. Es bestehe „nach menschlichem Ermessen“ für das Trinkwasser keine Gefahr. Sicher wäre ich der Standardverharmlosung der Behörden auf den Leim gegangen, hätte ich nicht zur selben Zeit eine Nachricht gefunden, die zeigt, wie unbekannt die Grundwasserströme noch sind. Französische Forscher hatten die Abwässer eines Ortes im Departement Haute-Saone grün gefärbt, um zu prüfen, wohin das Schmutzwasser fließt. Aus Dörfern, die 10 km entfernt lagen, kam nach 2 Tagen die „unerwartete“ Antwort. Dort strömte es grün aus den Wasserhähnen.

Brause: Wasser + Chemie

Die Liste der Wasservergiftungen wird täglich länger. Wir sind von nichts so abhängig, wie von der öffentlichen Wasserversorgung. Ich habe mir zwar, um mich zu schützen, im Reformhaus einen Wasserfilter gekauft (vor den elektrischen warnt selbst die ARD-Verbraucherberatung), entziehe dem Wasser nun wieder etwas Chlor, Kalk und Bakterien, merke auch, daß das Wasser wieder etwas besser schmeckt – aber das reicht absolut nicht aus. Wir müssen – und das ist dringend – bald etwas tun. In Californien ist es schon lange so weit, daß Ärzte aufgrund der Nitratverschmutzung empfehlen, Kindern nur noch Mineralwasser zu trinken zu geben. Und – das Schlechte liegt so nah – im Kaiserstuhl warnte im Frühjahr 78 der Leiter der Kinderklinik, Säuglingsnahrung mit Leitungswasser zuzubereiten – wegen der hohen Nitratanreicherung.

Es nützt nichts, einfach auf andere Getränke auszuweichen. Denn auch Säfte und Limonaden bestehen vor allem aus Wasser – mit allen Nachteilen dieses Wassers. Dazu kommen aber Chemikalien, Aromastoffe, Konservierungs- und Farbstoffe. Fruchtsäfte und Wein werden bei der Konservierung bzw. zur Beschleunigung der Gärung geschwefelt, Tee und Kaffee werden einer Äthylenbegasung ausgesetzt, bei der die B-Vitamine zerstört werden. In den Cola Getränken sind Phosphate. Nur selten finden sich auf den Flaschen Hinweise, welche Gifte zugesetzt wurden. Es steht nur drauf, was nicht mit ihnen gemacht wurde.

Als 1970 die Stiftung Warentest Getränke nach Geschmack, Geruch und Farbe testete, stellte sie bei bekannten Erzeugnissen einen terpeninähnlichen

Geruch und Geschmack fest. Stark nach Terpentin roch Sinalco, etwas nach Terpentin rochen Sprite und Bluna. Erklärt wurde: die verwendeten Essenzen und ätherischen Öle seien überaltert und schon oxydiert gewesen. Auch Coca-Cola fängt nach 2 Monaten Lagerung an zu faulen. Die chemische Überprüfung von Coca-Cola, deren Grundsubstanz noch immer geheimgehalten wird, hat zwar ergeben, daß die zulässigen 70 mg/l Phosphorsäure (durch die Phosphate haben Kinder Konzentrations-, Schreib- und Lernschwierigkeiten) in keinem Fall überschritten war und auch der Koffeinanteil von 3 kleinen Cola Flaschen nur dem von 1 Tasse Kaffee entsprach, doch empfahl die Stiftung Warentest: „Nach dem Genuß von Cola den Mund gründlich ausspülen. Dann können Säuren den Zahnschmelz nicht so leicht zerfressen.“ In den Formulierungen ist man vorsichtig geworden, nachdem sämtliche Prozesse gegen Coca-Cola verloren gegangen waren. Ein Dr. Finke hatte rohes Kalbfleisch in Coca-Cola gelegt und nach 20 Stunden gemerkt: „Es ist eine helle bouillonähnliche Flüssigkeit geworden, mit Schleim und Faserstücken durchsetzt. Nun übertrage man diese Wirkung auf das innere Geschehen im menschlichen Körper.“ Das Landgericht Köln war von diesem Test nicht überzeugt. Finke mußte Schadensersatz an Coca-Cola zahlen. Auch ein anderer Einzelkämpfer gegen Coca-Cola, Helmut Bickel, verlor über 100.000 DM gegen den Getränke-Konzern.

Gepanschter Saft schmeckt am besten

Sich auf dem Getränkemarkt und unter den Kennzeichnungsvorschriften zu recht zu finden, scheint etwas einfacher geworden zu sein, nachdem die Arbeitsgemeinschaft der Verbraucher in jahrelangem Kleinkrieg immerhin erreicht hat, daß bindend seit Dezember 78 wenigstens der Fruchtanteil und der Zucker in den Säften angegeben sein müssen. Vorher konnte niemand erkennen, ob die Beschriftung „reich an Vitamin C“ das Vitamin aus der Zitrone oder das „Vitamin C-haltig“ die aus der Chemie gewonnene Ascorbinsäure meinte. Farbstoffe, Geschmacksöle und Schwefel befinden sich sicherlich noch immer in den Säften. Erst im März zeigte der ARD-Ratgeber, was heute an Getränkepanscherei möglich ist. Chemiker fälschten für die Sendung 2 künstliche Orangensäfte und stellten sie zwischen 7 handelsübliche Waren. Beim Geschmackstest erhielt prompt einer der verpanzten Säfte die beste Note. Selbst ein Lebensmittellabor konnte die Fälschung aus Ameisensäure, Kaliumphosphat, Aromastoffen, Honigauszügen und viel Wasser nicht entlarven und hinterher nicht feststellen, was aus der Retorte

und was aus der Frucht war. Da helfen auch die besten Kennzeichnungsvorschriften wenig. Helfen kann nur: entweder Säfte aus dem biologischen Anbau zu kaufen oder Früchte aus dem biologisch-dynamischen Anbau selber auszupressen.

Auch für Weintrinkerinnen sieht es nicht viel besser aus. Alle Weine – mit Ausnahme der Diabetikerweine und denen aus dem biologisch-dynamischen Anbau – sind stark geschwefelt. Die Winzerlobby hat es seit Jahren verhindern können, daß die Flaschen gekennzeichnet werden müssen, obwohl andere Früchte (z.B. Rosinen), die weniger Schwefel enthalten, auf den Packungen gekennzeichnet sein müssen.

Der Alkohol ist (noch) stärker als die Einsicht

Wein enthält häufig Histamin, das den Blutdruck senkt. Das mag denen bekommen, die einen zu hohen Blutdruck haben – für alle anderen ist es aber schädlich. Histamin entsteht beim biologischen Säureabbau (im Zusammenhang mit den Milchsäurekokken). Die Verträglichkeit von Histamin wird mit 2 mg/l angenommen. Im Weißwein wurden zwischen 1 und 5 mg/l gefunden und im Rotwein sogar 22 mg/l.

Die Umweltverschmutzung, das, was sich auf den Früchten absetzt, spielt bei Säften ebenso wie bei Wein eine große Rolle. Trauben, die neben den Bundesautobahnen wachsen, haben einen Bleianteil von 0,7 mg/l. 50 m von der Fahrbahn entfernt waren es noch 0,3 mg/l und 250 m entfernt noch 0,1 mg/l.

1971 war der Wein, der am unteren Neckar geerntet wurde, von Blei und Cadmium verseucht. Der Weinberg lag in unmittelbarer Nähe eines Betriebes, der blei- und cadmiumhaltige Pigmentfarben herstellte. Blei blockiert die Fermente im Körper und führt so zu Schädigungen des Blutes, des Nervensystems, am Knochenmark. Cadmium, noch um vieles giftiger, wirkt schon bei 30 mg tödlich, schädigt die Geschlechtsorgane, die Nerven, den Knochenbau.

Es ist offenbar nicht einfach, mit all diesen Horrormeldungen umzugehen. Wir sind allzu schnell bereit, das, was wir erfahren, wieder zu verdrängen. Die Biertrinker/innen haben dies bewiesen. Nachdem Anfang Januar bekannt wurde, daß im Bier krebserzeugende Nitrosamine entstehen, reichte es aus, daß die Hersteller erklärten, noch in diesem Jahr würde das verändert. Obwohl das Bier immer noch nicht nitrosaminfrei ist, melden die Berliner Brauereien, es habe „keinen Umsatzknick“ gegeben. Der Alkohol ist (noch) stärker als die Einsicht. Aber was muß denn geschehen, daß wir es uns nicht mehr gefallen lassen?

Sibylle Plogstedt