

املاح معدنی موجود در آب. مفید یا مضر؟

بسیاری از ما می دانیم که بدن ما برای زنده ماندن به میزان مناسبی املاح نیاز دارد. املاح مفید برای بدن در کنار ویتامین ها وظیفه حفظ کارایی اندام های بدن را عهده دار هستند. در واقع بدن انسان به حدود ۷۰ نوع از املاح نیاز دارد تا وظایف تعریف شده خود را درست و کامل انجام دهد. اما بسیاری از مردم اطلاع ندارند که املاح موجود در طبیعت دو نوع هستند:

مواد و املاح معدنی (Inorganic Minerals)

(Organic Minerals) مواد و املاح آلی

در این مقاله به بررسی تفاوت این دو می پردازیم:

دسته اول : مواد و املاح معدنی (Inorganic Minerals)

این دسته از عناصر به طور طبیعی در معادن، سنگها، خاک و به طور کلی در پوسته زمین یافت می شوند و آب در حین عبور از بستر سنگها و کانی ها، این املاح را در خود حل می کند.

مواد معدنی برای بدن انسان مفید نیستند

بر خلاف تفکر رایج، املاح معدنی (که در آب نیز یافت می شوند) برای بدن حیوانات و انسانها غیر قابل جذب و غیر مفید هستند و بدن این املاح را همانند سموم دفع می کند. درست برعکس گیاهان که غذای اصلی آنها، همین مواد معدنی هستند. می دانیم که گیاهان به وسیله ریشه خود و با کمک آب، مواد معدنی را از خاک جذب می کنند. برخی از محققین معتقدند الکترون های موجود در ساختار اتمی مواد معدنی بر خلاف عقربه های ساعت گردش می کنند و در نتیجه با الکترون های بدن انسان سازگار نیستند. این املاح برای بدن انسان مضر بوده و عوارضی همچون: درد و تورم در مفاصل، سنگ کلیه، عوارض فشار خون و ... را باعث می شوند. املاح معدنی به آب طعم و بو می دهند. هرچه آب ناخالص تر باشد طعم و بوی آن نامطبوع تر است.

یکی از آشناترین این ترکیبات، کربنات کلسیم است. این همان جرم و رسوبی است که در جداره کتری، سماور و لوله های آب گرم مشاهده می کنید.

آیا حاضر هستید این رسوبات را مجددا در آب حل کرده و مصرف کنید؟ یا اینکه آن را آسیاب کرده و مانند نمک در غذا بریزید و استفاده کنید؟

آیا به این موضوع فکر کرده اید که اگر املاح معدنی موجود در بستر کوهها برای بدن ما مفید هستند، چرا چند تکه از سنگ این کوهها را نمی مکیم یا در غذا حل نمی کنیم؟

می دانید چرا حاضر به انجام چنین کاری نیستید؟ چون مغز شما به صورت ناخودآگاه می داند که ترکیبات معدنی برای اندامهای شما مناسب نیستند.

دسته دوم : مواد و املاح آلی (Organic Minerals)

این دسته از املاح قابل جذب برای بدن حیوانات و انسان ها هستند. منبع اصلی این املاح ، گیاهان هستند. در واقع گیاهان با جذب املاح معدنی موجود در خاک تغذیه می کنند. املاح معدنی پس از ورود به اندامهای گیاه، در اثر پدیده فتوسنتز تغییر ماهیت داده و تبدیل به ترکیبات آلی می شوند.

املاح آلی برای بدن انسان قابل جذب و مفید هستند. برخی از دانشمندان معتقدند الکترون های موجود در ساختار اتمی املاح آلی، موافق عقربه های ساعت گردش می کنند و در نتیجه با الکترونها ی بدن انسان سازگار هستند. انسان از طریق مصرف میوه ها و سبزیجات و گوشت حیوانات گیاه خوار، املاح آلی را جذب می کند.

مواد موجود در آب ، معدنی هستند یا آلی؟

همانطور که می دانید، آب باران درست هنگام بارش، کاملاً خالص و عاری از هرگونه مواد و ترکیبات اضافه است. این آب با عبور از سطح سنگها و خاک و به طور کلی عبور از بستر زمین، مواد معدنی موجود در این منابع را در خود حل می کند. در نتیجه مواد حل شده در آب جزء مواد معدنی طبیعت هستند. همانطور که اشاره شد، این مواد و ترکیبات نه تنها برای بدن مامفید نیستند بلکه در برخی موارد می توانند به سلامتی ما آسیب بزنند.

آب معدنی، مفید یا مضر؟

آب های معدنی، سرشار از ترکیباتی هستند که برای بدن ما ناشناخته و غیر قابل جذب هستند. این ترکیبات در اندامهای بدن رسوب کرده و عوارضی مانند سنگ کلیه، بیماری های قلبی و عروقی، عوارض فشار خون و ... را باعث می شوند. هنگامی که آب حاوی املاح معدنی نوشیده می شود، پس از سه دقیقه الی سه ساعت (بستگی به غلظت مواد معدنی موجود در آب) پدیده ای به نام Leukocytosis (افزایش تعداد گلبولهای سفید خون) اتفاق می افتد. این اولین واکنش بدن در وضعیت دفاعی است.

تا به حال به این موضوع فکر کرده اید که اگر آب حاوی املاح معدنی برای بدن ما مفید است، چرا گاهی اوقات یک فنجان از آب دریاها و اقیانوسها را نمی نوشیم؟

به نظر شما نوشیدن آب باران که عاری از ناخالصی هاست به بدن ما آسیب می زند یا نوشیدن آب دریا که سرشار از ترکیبات معدنی است؟

همیشه به خاطر داشته باشید:

« مواد معدنی که در پوسته زمین وجود دارد برای بدن انسانها و حیوانات مفید نیستند بلکه برای گیاهان شناخته شده و مفید هستند.

« گیاهان با جذب مواد معدنی خاک و پدیده فتوسنتز، آنها را به مواد آلی تبدیل می کنند. مواد آلی برای بدن انسانها و حیوانات قابل جذب و مفید هستند.

« انسان با مصرف میوه ها و سبزیجات و یا استفاده از گوشت حیوانات گیاه خوار، مواد آلی بدن خود را تامین می کند. در واقع آب نقشی در تامین مواد مفید بدن ما ندارد.

« آبی که می نوشیم هرچقدر خالص تر باشد، وظایف اصلی خود را در بدن ما بهتر انجام می دهد. در حالی که آبی که گیاهان با ریشه خود جذب می کنند، می بایست سرشار از املاح معدنی باشد.

« آبهای معدنی نه تنها برای بدن ما مفید نیستند، بلکه می توانند تولید سنگ کلیه کنند و یا آسیب های دیگری به بدن ما وارد کنند.

دستگاههای تصفیه آب خانگی سلیم آب با بهره گیری از فناوری اسمز معکوس RO، قادر هستند ناخالصی های و ترکیبات مضر حل شده در آب (نظیر نیترات) را تا ۹۰٪ کاهش داده و آبی سالم و گوارا را برای شما و خانواده تان به ارمغان آورند..

