

US-Forscher entdecken jetzt eine Sensation:
Richtig trinken schützt vor Krebs. Mit einfachem
Wasser kann jeder sein Risiko um bis zu 80 Prozent
senken

Wassermangel lässt Krebszellen wachsen

Jeder Zweite über 40 trinkt zu wenig. Folge: Körperzellen speichern bis zu 45 Prozent weniger Flüssigkeit. Die Auswirkungen sind dramatisch: Zellatmung und Zellstoffwechsel verschlechtern sich. Das Risiko, dass sich in dieser Krisensituation aus gesunden Zellen Krebszellen (Foto r.) bilden und im Körper ausbreiten, nimmt zu



Wasser schützt die Blase

Sechs Gläser Wasser täglich (1,2 Liter) halbieren das Risiko, an Blasenkrebs zu erkranken. Und jedes weitere Glas senkt die Gefahr um weitere sieben Prozent. So das Ergebnis einer neuen spektakulären Harvard-Studie

Wasser gegen Krebs

Die Aufgabe schien kompliziert zu werden: Eine Forschergruppe der Harvard-Universität in Cambridge (USA) suchte nach einem Schutzfaktor gegen Blasenkrebs. Die Wissenschaftler stellten sich auf langwierige Reihenuntersuchungen ein. Doch schon die erste Substanz erwies sich als Volltreffer. Der Name des Wundermittels: H_2O . Mit dem ausreichenden Trinken von Wasser lässt sich das Risiko, an Blasenkrebs zu erkranken, um 60 Prozent senken. Die Erklärung: Wasser verdünnt die Schadstoffe im Körper und befördert sie hinaus, bevor sie mit der Blasenwand in Kontakt kommen und dort Krebs auslösen können.

Wer wenig trinkt, erhöht sein Krebsrisiko. Denn: Auch in anderen Studien zur Krebsprophylaxe bestätigte sich jetzt die erstaunliche Wirkung des Wassers. „Wie viel wir trinken, entscheidet darüber, wie anfällig unser Körper für eine Krebserkrankung ist“, sagt der Forscher Dr. Fereydoon Batmanghelidj. Welche fatalen Konsequenzen Wassermangel für den Körper hat, belegt eine britische Untersuchung: Der Bluttransport und die Versorgung lebenswichtiger Organe mit Nährstoffen, Sauerstoff und Hormonen verschlechtern sich dramatisch. Diese Unterversorgung wird noch

verschärft, weil der austrocknende Körper die Wasserversorgung des Gehirns vorrangig sicherstellt. Folge: Vor allem die Bildung von Abwehrzellen im Blut ist vom Wassernotstand betroffen. Das Risiko einer Krebserkrankung steigt. Und: Dieser Zustand der inneren Austrocknung besteht bei 50 Prozent der Erwachsenen. Jeder Zweite trinkt falsch oder zu wenig. **Wer ausreichend trinkt, verbessert seinen Immunstatus innerhalb von vier Wochen um 50 Prozent und halbiert das Krebsrisiko.** Wie aber sieht konkret Krebschutz durch Wasser aus?

- Möglichst stilles und mineralstoffarmes Wasser trinken. „Kohlensäure und hoher Mineralgehalt sättigen das Wasser. Ungesättigtes Wasser ist dagegen in der Lage, große Mengen an Krebs-Giften zu binden und auszuscheiden“, erklärt Dr. Barbara Hendel, Medizinerin und Expertin für Wasser-Therapien.

- Nitratarmes Wasser (nicht mehr als 10 mg pro Liter) bevorzugen. Eine Studie der Universität Oxford ergab, dass hohe Nitratwerte das Risiko von Blasen- und Magenkrebserkrankungen erhöhen.

- Mindestens zwei (bis drei) Liter Wasser täglich trinken. Diese Menge reduziert das Risiko einer Darmkrebserkrankung um bis zu 50 Prozent.

Doch nicht nur Wasser schützt vor Tumoren. Studien zeigen, dass auch in Tees, Obst- und Gemüsesäften viele Anti-Krebs-Stoffe stecken. Es gibt Hinweise, dass in Flüssigkeit gelöste Pflanzenstoffe wie Vitamine, die vor Krebs schützen, besser vom Körper aufgenommen werden als in fester Nahrung. Vorteil: Man kann mit geringen Mengen Flüssigkeit große Mengen an Vitalstoffen aufnehmen. Und: Flüssigkeit wirkt an sich tumorhemmend, weil Giftstoffe verstärkt aus dem Körper geschieden werden.

Fazit der Forscher: Am besten ist eine Mischung aus den wirksamsten hier vorgestellten Anti-Krebs-Drinks. Wer so trinkt, kann sein Krebsrisiko um bis zu 80 Prozent senken!

JUTTA JUNGE