
Subject: @ Viola

Posted by [strike](#) on Sun, 03 Dec 2006 13:46:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Viola,

ich wollte Dir die Dateien per Mail schicken, weil jede davon mehr als 900 KB hat, aber Dein Postfach ist mal wieder voll.

Ich würde mir an Deiner Stelle keinen Kopf machen, Du hast doch Recht. Lass sie weiterhin vor sich hinwurschteln, sie wird schon sehen, wohin das führt. Es ist nun einmal so, manche können gerade mal Regaine oder Minox schreiben, wissen aber nichts über die Anatomie u. Funktion des eigenen Körpers.

Wenn sie meint, dass ihre Tochter mit 16 J. AGA hat, wirst Du sie nicht vom Gegenteil überzeugen können. Diese irrwitzige Meinung kursiert doch hier im Forum auch. Ich frage mich nur, wie sich das in den nächsten Jahren entwickeln wird, wenn all die kleinen Mädchen *nachrücken*, die von solchen Müttern erzogen werden u. sicher mithungern müssen.

B. hatte mal einen guten Beitrag dazu gepostet, ich kopiere Dir den mal rein:

Zitat: Wer eine optimale Nährstoffversorgung will, muss auch auf einen optimalen Wasserhaushalt achten. Wasser, in Form von Lymphflüssigkeit, Plasma u.ä., ist das Medium im Körper, das für den Nährstoff-Transport ebenso nötig ist, wie für den Schadstoff-Abtransport.

Ohne ausreichende Flüssigkeitszufuhr trocknet der Körper aus. Das Zellvolumen verkleinert sich, dadurch verändert sich die Struktur der Zellwände. Sie werden undurchlässiger und Nährstoffe können nicht ausreichend eingeschleust werden.

Magersüchtige und vor allem Bulimiker haben ihrem Körper oft jahrelang Wasser entzogen. Wenn sie beginnen, sich wieder *normal* zu ernähren, kann der Körper die Nährstoffe gar nicht vernünftig verwerten, weil einfach nicht genug Zellvolumen vorhanden ist. Es kann Monate dauern, bis sich der Wasserhaushalt wieder normalisiert hat.

Auch starke Tee- und Kaffeetrinker entziehen ihrem Körper zu viel Wasser – ebenso derjenige, der regelmäßig viel Alkohol trinkt.

Wer glaubt seinem Körper durch das Trinken kohlesäurehaltigen und mineralstoffreichen Mineralwassers einen Gefallen zu tun, der irrt. Die in diesen Getränken enthaltenen Mineralstoffe liegen in anorganischer Form vor und können nur schwer vom Körper resorbiert werden. Übertrieben ausgedrückt: wer Kalzium durch Mineralwasser aufnehmen will, kann genauso gut an einem Kalksandstein knabbern.

Mineralstoff- und kohlen säurearmes Wasser ist weitaus besser geeignet, den Wasserhaushalt zu beeinflussen. Wichtig ist die

Ich habe ja auch des öfteren nachgefragt, wenn mir aufgefallen ist, daß der-/diejenige den Werten nach zu wenig getrunken hat.

Was die KPU-Beiträge angeht, so existiert ein Link, der sämtliche KPU/HPU-Beiträge öffnet. Der gehörte zu den SD-Zusammenfassungen, die wir mal erstellt hatten. Kann sein, dass ich den habe, wenn nicht, frage ich Heidrun danach.

Denk an Dein Postfach!

LG strike