Verlies van celwater, gerimpelde huid, ontstekingen etc. door "Keukenzout"

De "waarschuwers" voor teveel zout spreken meestal over industriezout, dus het kook-, "keukenzout"- of tafelzout uit de supermarkt. Industriezout zijn geraffineeerde zouten die voor 99,99% uit natriumchloride bestaan. ...

De "waarschuwers" voor teveel zout spreken meestal over industriezout, dus het kook-, "keukenzout"- of tafelzout uit de supermarkt. Industriezout zijn geraffineeerde zouten die voor 99,99% uit natriumchloride bestaan. Industriezout ondergaat een chemisch zuiveringsproces. Bij dit proces worden uit het natuurzout mineralen en spoorelementen onttrokken. Er blijft slechts natrium en chloride over. Voor gebruik als keukenzout wordt het meestal nog aangevuld met antiklontermiddelen zoals magnesiumcarbonaat (E504) of calciumcarbonaat (E170) of aluminiumhydroxide (E551). Additieven zoals jodium, fluor of foliumzuur worden vaak toegevoegd.

Het keukenzout dat we in de schappen van levensmiddelenwinkels vinden, maakt overigens slechts ongeveer 0,3% van de geraffineeerde industriezout uit. 93-94% van deze zouten worden gebruikt voor de fabricage van kunststof, minerale olie, als weekmakers enz. De rest heeft de voedingsindustrie nodig voor het conserveren van voedingsmiddelen, want natriumchloride is zo agressief dat het microben betrouwbaar doodt.

Peter Ferreira heeft zich met een uiterst indrukwekkende voordracht van 4,5 uur over het onderwerp water en zout op Youtube en op verschillende websites een monument gezet. Hij is ervan overtuigd dat kook- of het zogenaamde "keukenzout" vanwege zijn agressiviteit niets in ons eten te zoeken heeft. Voor onze cellen is natriumchloride evenzeer een gif dat het lichaam bestrijdt door zich in te spannen het zo snel mogelijk kwijt te raken of het op zijn minst neutraal te stellen.

De nieren zouden in staat zijn 5-7 gram NaCl per dag uit te scheiden. Maar in de westerse wereld krijgen we via industrieel vervaardigde producten, dus eigenlijk verborgen, gemiddeld 12-20 gram zout per dag toegevoerd. Wat het lichaam niet kan uitscheiden, moet het neutraal stellen. Voor deze neutralisering heeft het zijn "beste water" nodig, dus precies dat celwater dat het, zoals in ons artikel over aquaporines en celwater is beschreven, moeizaam cellulaire beschikbaarheid gereinigd heeft. Het lichaam moet het 23-voudige van dit kostbare celwater gebruiken om elk gram natriumchloride te neutraliseren (te binden) dat niet via de nieren kan worden uitgescheiden. Het resultaat: de cel dehydrateert. Een van de zichtbare tekenen is

gerimpelde huid.

It's good.
to be truu.