

Leitungswasser unbedenklich

Auszug aus Weser-Kurier am
18.10.2016

Bremen. Kräutertees und verdünnte Fruchtsäfte sind gesund. Ganz besonders empfehlenswert ist auch Wasser direkt aus der Leitung. Die Trinkwasser-Verordnung sorgt dafür, dass es das am besten kontrollierte Lebensmittel ist und das Wasserwerk mit höchster Qualität verlässt. Wo nitratarmes Trinkwasser aus Grundwasser oder Quellen ungechlort ins Netz geht, gibt es keinen gesundheitlichen Grund, das Flaschenwasser dem Leitungswasser vorzuziehen.

Im Laden gekauftes Flaschenwasser wird überwiegend über weite Strecken per Lkw transportiert, dabei entstehen klimaschädliche Abgase und überfüllte Autobahnen. Besonders trifft dies auf preisgünstige Eigenmarken zu, die ausschließlich in Einwegflaschen angeboten werden. Während ein Liter Leitungswasser weniger als einen halben Cent kostet, sind für die gleiche Menge Mineralwasser 15 bis 70 Cent zu zahlen. Es ist damit um ein vielfaches teurer als Leitungswasser. Oft werden die Mineralstoffe als Grund für den Kauf von Flaschenwasser genannt. Stiftung Warentest hat vor Kurzem 30 stille Mineralwässer untersucht. Das Ergebnis ist ernüchternd. Nur sechs von 30 Produkten bieten einen hohen Gehalt, einige haben sogar weniger Mineralien als manche Leitungswässer. Zudem sind insbesondere die stillen Wasser häufig verkeimt, da ihnen die konservierende Kohlensäure fehlt.

Leitungswasser kommt immer frisch ins Glas. Wer auf Kohlensäure nicht verzichten möchte, ist mit einem Sodawasser-Bereiter gut bedient. Wasserfiltergeräte sind überflüssig und können zudem verkeimen. Es sollte ausgeschlossen werden können, dass Teile der Wasserleitungen im Haus aus Blei bestehen. Wenn es dann doch einmal Mineralwasser sein soll, beim Einkauf das klimafreundliche Wasser aus der Region in Mehrwegflaschen bevorzugen.