

## Von Mineral- bis Heilwasser

11  
102  
1004

Leibniz  
Universität  
Hannover

### Natürliches Mineralwasser

Natürliches Mineralwasser ist ein Naturprodukt, das direkt am Quellort abgefüllt wird. Jedes Mineralwasser wird beeinflusst durch die geologischen Gegebenheiten der Region, in der es gefördert wird. Dadurch hat jedes Wasser einen regional-spezifischen Gehalt an Mineralstoffen und Kohlensäure und somit auch einen unverwechselbaren Geschmack. Durch zahlreiche geologische, chemische und mikrobielle Tests wird die Qualität von Mineralwasser streng kontrolliert. Mineralwasser ist das einzige amtlich anerkannte Lebensmittel in Deutschland.

### Quellwasser

Quellwasser stammt aus unterirdischen Wasservorkommen und muss am Quellort abgefüllt werden. In seiner Zusammensetzung muss es den Anforderungen entsprechen, die für Trinkwasser gelten. Eine amtliche Anerkennung ist nicht erforderlich.

### Tafelwasser

Tafelwasser ist eine Mischung aus Trinkwasser und natürlichem Mineralwasser, dem natürliches salzreiches Wasser (Natursole), Meerwasser, Natriumchlorid und Magnesiumchlorid zugesetzt werden darf.

### Trinkwasser

In Deutschland stammt Trink- bzw. Leitungswasser zu zwei Dritteln aus Grundwasser und zu einem Drittel aus Oberflächenwasser. Bei Bedarf wird es mit technischen Verfahren und chemischen Hilfsstoffen aufbereitet.

**Kompetenzzentrum Mineral- und Heilwasser (KMH)**  
am Institut für Lebensmittelwissenschaft und Humanernährung

Gottfried Wilhelm Leibniz Universität Hannover

[www.kmh.uni-hannover.de](http://www.kmh.uni-hannover.de)

### Heilwasser

Heilwasser ist ein natürliches Mineralwasser mit einer besonderen Zusammensetzung der natürlich enthaltenen Inhaltsstoffe. Aufgrund seiner besonderen Kombination der im Wasser gelösten Inhaltsstoffe besitzt Heilwasser vorbeugende, lindernde oder heilende Wirkungen, die wissenschaftlich nachgewiesen sein müssen. Heilwasser ist per Gesetz kein Lebensmittel, sondern ein Arzneimittel und unterliegt damit dem Arzneimittelgesetz. Heilwässer müssen durch das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) zugelassen werden.

### Mindestmineralstoffgehalte für Heilwasser:

Magnesium:  $\geq 100$  mg/L

Calcium:  $\geq 250$  mg/L

Fluorid:  $\geq 1$  mg/L

Hydrogencarbonat:  $\geq 1.300$  mg/L

Sulfat:  $\geq 1.200$  mg/L

Kohlensäure:  $\geq 1.000 - 2.000$  mg/L (je nach Anwendung)

### Heilwasser...

- ...gleicht den Säure-Basen-Haushalt aus,
- ...lindert Beschwerden wie Muskelkrämpfe, Verspannungen, Kopfschmerzen und Konzentrationsschwäche,
- ...beugt Herz-Kreislauf-Problemen vor,
- ...ist verdauungsfördernd und beugt Harnsteinen vor,
- ...macht Zahnschmelz widerstandsfähiger,
- ...unterstützt die Knochengesundheit.

IMPRESSUM | APRIL 2018

HERAUSGEBER: Institut für Lebensmittelwissenschaft und Humanernährung,  
Gottfried Wilhelm Leibniz Universität Hannover, Am Kleinen Felde 30, 30167 Hannover

GESTALTUNG: Inga Schneider, Gundula Wirries