



Je denkt dat je goed bezig bent om water in flessen te kopen, want dat is beter voor je dan uit de kraan.

Als je dit water echter koopt in een plastic fles is de kans groot dat je een kat in de zak hebt gekocht.

Ieder mens heeft water nodig om te drinken en in de maatschappij waarin wij vandaag de dag leven is goede kwaliteit drinkwater steeds schaarser.

We weten dat als we met vakantie gaan naar zuidelijke landen dat het vaak niet zo slim is om kraanwater te drinken en dus stappen we massaal over op drinkwater uit flessen. En bijna al die flessen zijn vandaag de dag gemaakt van plastic. Datzelfde plastic dat we overal tegenkomen, van kinderspeelgoed tot verpakkingsmaterialen en alles wat daar tussen zit.

Echter, met de plastic flessen voor drinkwater doet zich een ander probleem voor en dat is dat er zich zogenaamde microplastics in het water bevinden. Microplastics zijn minieme deeltjes plastic die klein genoeg zijn om door het menselijk spijsverteringskanaal opgenomen te worden.

Er is een [onderzoek uitgevoerd aan de University of New York](#), waaruit bleek dat 93 procent van alle flessenwater dat door hen werd getest vervuild was met die microplastics.

In totaal werden 259 flessen van 11 verschillende leveranciers onderzocht, gekocht op 19 verschillende locaties in 9 verschillende landen. Dit onderzoek moet nog worden bevestigd door collega wetenschappers, het zogenaamde peer review, maar dan is er inderdaad wetenschappelijk bewijs dat we hier met een echt internationaal probleem te maken hebben.

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) is zo geschrokken van dit onderzoek, dat ze nu heel snel met een eigen onderzoek zijn begonnen naar de gevaren van het drinken van flessenwater.

Er is door overheden nog nooit gekeken naar de gevaren van plastic deeltjes in flessenwater, dus zijn er ook geen regels. Maar, gegeven het feit dat plastic per definitie bestaat uit voor de mens giftige stoffen, weten we dat het slecht is voor ons. Wat echter de gevolgen precies zijn is op dit moment nog onbekend.

Feit is dat sommige van die giftige stoffen in plastic in de categorie EDC (endocrine disrupting chemicals) vallen.

*Een hormoonverstorende stof of hormoonverstoorder (in het Engels endocrine disruptor) is een lichaamsvreemde stof die functies van het hormoonstelsel verstoort. Zo'n stof veroorzaakt daardoor nadelige effecten op de gezondheid in een intact organisme of diens nageslacht of in (sub)populaties*

Professor Nancy Wayne aan de University of California waarschuwt verder dat heel veel van de plastic producten waarmee ons voedsel in aanraking komt zijn gemaakt met die EDC's. Die eindigen dan niet alleen in het milieu, maar ook in aanzienlijke hoeveelheden in ons eigen lichaam.

Eén van de meest bekende EDC's is Bisfenol A. Zelfs het voedingscentrum [waarschuwt hiervoor](#):

*Bisfenol A (BPA) is een chemische stof die in veel plastic producten zit, zoals bouwmaterialen, elektronica, plastic flessen en speelgoed. Ook wordt het gebruikt in verpakkingsmateriaal van voedsel zoals hard plastic flessen en blikjes. Het kan van daaruit in kleine hoeveelheden in ons voedsel terechtkomen.*

*Als je te veel BPA binnenkrijgt, is het schadelijk voor de vruchtbaarheid en kan het effect op het hormoonstelsel hebben. Er zijn strenge Europese regels voor het gebruik van bisfenol A in verpakkingen voor voedsel. BPA is verboden in babyflesjes en verpakkingen met voedsel bestemd voor peuters tot 3 jaar.*

*Uit onderzoek blijkt dat de hoeveelheid bisfenol A die je via voedsel binnenkrijgt zeer beperkt is.*

Volgens een [artikel op Natural News](#) laten onderzoeken met dieren zien dat zelfs een veel kleinere hoeveelheid Bisfenol A dan door de autoriteiten veilig wordt geacht, al voor abnormale afwijkingen kan zorgen.

De problemen die dan kunnen ontstaan zijn onder andere een hoger percentage lichaamsvet bij kinderen, toenemend risico op miskramen en te vroeg geboren kinderen en een verhoogd risico op prostaatkanker. En dan praten we over slechts één van de EDC's.

Aangezien het hier gaat over hormoonverstorende stoffen en onderzoek heeft uitgewezen dat 90 procent van de teenagers deze in hun lichaam hebben, is het ook niet zo vreemd dat er tegenwoordig totale gender-/geslachtsverwarring heerst.

En bij al de gevaren waar we al aan blootstaan kunnen we nu ook nog eens het water uit plastic flessen toevoegen.

Wat kun je dan doen om jezelf enigszins te beschermen?

Om te beginnen geen water meer drinken uit plastic flessen is uiteraard belangrijk. En als je niet anders kan zou je kunnen overwegen het flessenwater nog eens in een [bidon met filter te gieten](#). Daarnaast is het zaak om al die lichaamsvreemde, vaak giftige stoffen uit je lichaam af te voeren.

Twee natuurlijke middelen om dat te doen zijn chlorella (maar dan [wel schone topkwaliteit](#), anders span je het paard achter de wagen) [en zeoliet](#).

We hebben natuurlijk niet alleen te maken met gevaren van drinkwater in plastic flessen, ons [kraanwater is eigenlijk ook al niet meer te drinken](#) door alle vervuiling die daarin in rondzwerft. Om dit te probleem op te lossen zou ieder huishouden in het land moeten beschikken over [een goede kwaliteit waterfilter](#).