

# Jonizacja wody - co to jest, wpływ na zdrowie

**Podobnie jak producenci suplementów diety mających odkwaszać organizm, dystrybutorzy jonizatorów wody wprowadzają nas w błąd. Ceny urządzeń sięgają blisko tysiąca złotych - a to niemało za zupełnie bezużyteczny gadżet.**

## Jonizacja

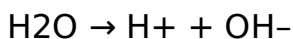
**Zjawisko jonizacji to proces, w którym dochodzi do powstania jonu o ładunku dodatnim lub ujemnym z obojętnej cząsteczki. Zjawisko to wykorzystują w stosunku do cząsteczek wody jonizatory.**

## Jonizator wody

**Mechanizm działania jonizatorów wody producenci przedstawiają w następujący sposób:**

Jonizator zbudowany jest z dwóch elektrod: dodatniej anody i ujemnej katody. Po włączeniu słabego prądu odbywa się dysocjacja, czyli rozdzielanie cząstek. Dzięki temu możliwe jest rozłączenie zasadowych jonów metali i jonów wodorotlenowych od kwasowych resztek. W trakcie elektrolizy wytwarzane są dwa rodzaje wody: woda alkaliczna (zwana potocznie wodą żywą) oraz woda kwasowa (zwana wodą martwą). W tej wodzie zawarte są jony sodu, potasu, wapnia i magnezu, natomiast w wodzie kwasowej jony chloru, siarki, fosforu i wodoru.

Schemat dysocjacji cząsteczki wody:



Jeżeli nad kationami  $\text{H}^+$  przeważają aniony  $\text{OH}^-$  woda przyjmuje odczyn zasadowy - i odwrotnie. Problem polega na tym, że proces elektrolizy czystej wody o neutralnym pH (gdzie jony  $\text{H}^+$  i  $\text{OH}^-$  występują w tej samej ilości) jest bardzo powolny i nieefektywny. Czysta woda bardzo słabo przewodzi prąd elektryczny. Poza tym reakcja odwrotna, to znaczy ponowne łączenie atomów w cząsteczkę wody jest znacznie szybsze. W konsekwencji tego jedynie 2 na każdy miliard cząsteczek występują w formie zdysocjowanej. Podstawowym więc argumentem negującym zasadność stosowania jonizatorów jest brak możliwości spełnienia przez nie deklarowanej funkcji. Przyjmując jednak, że możliwe byłoby zdysocjowanie wody i odfiltrowanie jej alkalicznej części - jakie korzyści można byłoby z tego czerpać?

## Woda jonizowana - wpływ na zdrowie

Zdaniem dystrybutorów:

Picie zjonizowanej wody gwarantuje doskonałe alkaliczne pH, które sprawia, że poziom zakwaszenia organizmu jest redukowany do minimum.

**I tutaj po raz kolejny zahaczamy o mit zakwaszenia organizmu szeroko**

## **rozpowszechniany wśród konsumentów, przynoszący zyski producentom magicznych środków, które mają uczynić nasz organizm bardziej zasadowym.**

Teoria zakwaszenia organizmu i tego konsekwencji jest bezzasadna. Równowaga kwasowo-zasadowa to stan, w którym utrzymuje się stałe stężenie jonów wodorowych w przestrzeniach wodnych organizmu. pH krwi waha się w bardzo wąskim przedziale od 7.35 do 7.45, dzięki mechanizmom fizjologicznym. Do tych należą np. bufony krwi, które bezpośrednio ingerują w skład płynu, ale także funkcje narządów – nerek i płuc. W kanalikach nerkowych odbywa się np. wchłanianie wodorowęglanów i usuwanie jonów wodoru (zapobiega to nadmiernej kwasowości). W związku z tym do kwasicy może dojść przy zaburzeniach naturalnych mechanizmów organizmu do utrzymania właściwej kwasowości płynów pozakomórkowych. Z kwasicą możemy mieć do czynienia w przypadku np. niewydolności nerek, zaburzenia funkcji płuc czy też innych patologicznych procesów. Nie ma natomiast wpływu rodzaj pokarmu, który spożywamy.

Producenci wymieniają także inne prozdrowotne właściwości, jak na przykład działanie przeciwnowotworowe. Niestety, żadne z wymienionych nie mają potwierdzenia w badaniach.

Literatura:

J. Stępiński, S. Angielski; Równowaga kwasowo-zasadowa;

Author: Paulina Hetwer

Link do artykułu: <http://bonavita.pl/jonizacja-wody-co-to-jest-wplyw-na-zdrowie>

