

Kohlensäure: Wo sie herkommt, wie sie wirkt

Kohlensäure und Mineralwasser: Für die meisten Deutschen gehört das untrennbar zusammen, denn in keinem Land der Welt ist das Wasser mit Blubber so beliebt wie bei uns. Mehr als 80 Prozent des Mineral-

wassers, das in Deutschland getrunken wird, enthält Kohlensäure von sanft perlend bis spritzig. Doch was ist Kohlensäure eigentlich genau, wo kommt sie her und welche Wirkung hat sie im Körper?



Wie die Kohlensäure in das Mineralwasser kommt

Vulkane in Deutschland – das klingt zunächst wie ein Phänomen aus grauer Vorzeit, liegt erdgeschichtlich jedoch nur ein Augenzwinkern zurück. Noch vor 11.000 Jahren waren im Westen Deutschlands, in der Eifel, die letzten Vulkane aktiv. Seitdem sprechen Experten von „abklingendem Vulkanismus“ – ein Prozess, der Kohlensäure entstehen lässt. Flüssiges Magma, das an der Erdkruste abkühlt und erstarrt, setzt tief im Erdinneren Kohlendioxid frei. Das Gas steigt empor. Trifft es auf dem Weg nach oben auf eine Mineralwasserschicht, verbinden sich Wasser und Kohlendioxid und Kohlensäure ist entstanden.

Wie die Kohlensäure auf den Körper wirkt

Über die Wirkung von Kohlensäure auf den Körper gibt es viele Mythen. Ernährungswissenschaftlerin Dr. Ulrike Eigner kann hier aufklären: „Kohlensäure hat keine schädigende oder übersäuernde Wirkung auf den Körper. Dazu ist die Verbindung gar nicht stark genug. Sie zerfällt relativ schnell – spätestens im Magen“, so die Expertin. Damit ist auch das Gerücht, Kohlensäure könne Blähungen verursachen, hinfällig. „Soweit kommt sie gar nicht. Im Magen kann die Kohlensäure noch einen sanften Dehnungsreiz ausüben und die Durchblutung der Magenschleimhäute verbessern. Anschließend wird sie durch Aufstoßen über den Mund wieder aus dem Körper geleitet“, erklärt Dr. Eigner. Kohlensäure sorgt außerdem für ein frisches Gefühl im Mund. „Sie unterstützt beim Trinken die Reinigung der Geschmackspapillen auf der Zunge und sorgt damit für ein frisches, angenehmes Mundgefühl. Anschließend lassen sich Geschmacksunterschiede wieder besser wahrnehmen. Kohlensäure kann also auch den Genuss beim Essen steigern.“ Eine Frage des Geschmacks ist auch der Kohlensäuregehalt des Mineralwassers. Ob „medium“ oder doch lieber „classic“, ist allein von der persönlichen Vorliebe abhängig.



Mineralwasser mit Kohlensäure: Das Etikett gibt Aufschluss über die Herkunft

- „Natürliches kohlensäurehaltiges Mineralwasser“ bedeutet: Das Wasser enthält die gleiche Menge eigener Quellsäure in der Flasche wie am Quellaustritt.
- „Natürliches Mineralwasser mit eigener Quellsäure versetzt“ bedeutet: Das Wasser enthält mehr Kohlensäure in der Flasche als am Quellaustritt; zugesetztes Kohlenstoffdioxid / CO₂ muss aus dem gleichen Quellvorkommen stammen.
- „Natürliches Mineralwasser mit Kohlensäure versetzt“ bedeutet: Das Wasser enthält CO₂ anderer Herkunft, was dessen Qualität jedoch nicht beeinflusst.



RÜCKFRAGEN UND WEITERE INFORMATIONEN:

IDM – Informationszentrale Deutsches Mineralwasser

Eva Winkelmann · Tel. 030.22 66 79-23 · Fax: 030.22 66 79-11 · E-Mail: e.winkelmann@kohl-pr.de

www.mineralwasser.com

www.trinken-im-unterricht.de

www.facebook.com/natuerlichesmineralwasser

www.youtube.com/mineralwassercom