

Wasseraufbereitung Teil 2

In manchen Ländern mit geringen Hygienestandards kann Leitungswasser mit Durchfallerregern wie Colibakterien, Salmonellen, Cholera- und Thyphuserregern oder Parasiten verunreinigt sein. Aber auch Pestizide oder Schwermetalle können enthalten sein. Zur Zubereitung von Säuglingsnahrung sollte man also auf jeden Fall dafür geeignetes abgepacktes Wasser verwenden. Generell gilt: vorsichtshalber kein Leitungswasser trinken oder zum Zähneputzen verwenden, Obst und Gemüse nicht mit Leitungswasser waschen und auch auf Eiswürfel in Getränken verzichten, sowie auch keine Getränke aus Abfüllautomaten, in denen Sirup mit Leitungswasser und Kohlensäure verwendet wird, trinken. Am besten sind Getränke in Originalflaschen, die am Tisch geöffnet werden oder die man selbst öffnet.

Wie aber kann man als Reisender zum Beispiel auf Trekkingreisen in entlegenen Gebieten Wasser so aufbereiten, dass es als Trinkwasser verwendet werden kann? Die einfachste Methode ist Abkochen. Leitungswasser muss mindestens drei Minuten sprudelnd kochen, damit Krankheitserreger zuverlässig abgetötet werden. Ist man in höheren Lagen unterwegs, muss man den entsprechend niedrigeren Siedepunkt beachten und die Kochzeit entsprechend verlängern. Schwermetalle und Pestizide werden auf diese Weise allerdings nicht entfernt.

Oft steht kein klares Wasser zur Verfügung. Dann haben sich spezielle Wasserfilter bewährt, die man im Outdoor-



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

Fachhandel bekommt. Diese Filter müssen gemäß der Anleitung regelmäßig gereinigt beziehungsweise ausgetauscht werden. Kann man eine Verunreinigung des Wassers mit Fäkalien nicht ausschließen, muß man zusätzlich noch desinfizieren.

Nur optisch klares Wasser kann durch chemische Aufbereitung von Bakterien und Viren befreit werden. Wurmeier oder Amöben werden nicht zwingend abgetötet. Daher sollte man das Wasser zuvor filtern. Bei der chemischen Desinfizierung muss man sich genauestens an die Dosierungsanleitung und die vorgeschriebene Einwirkzeit halten. Es gibt Pulver und Tabletten, die Chlor enthalten oder mit Silberionen kombiniert sind, die das Wasser auch für längere Zeit vor Wiederverkeimung schützen. Da chlorhaltiges Wasser unangenehm schmeckt, können Produkte zugesetzt werden, die den natürlichen Geschmack wiederherstellen.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**