

# St. Gero Heilwasser

*Natürlich gesund.*



Gerolsteiner Brunnen GmbH & Co. KG  
Vulkanring, 54567 Gerolstein  
[www.st-gero-heilwasser.de](http://www.st-gero-heilwasser.de)  
Verbraucherservice  
Telefon: +49 (0) 65 91 - 94 99 49

St. Gero  
Heilwasser





## Für Gesundheit und Wohlbefinden. *Mit St. Gero.*

Wer sein Leben aktiv gestalten möchte, kann mit der Wahl des richtigen Wassers viel für sein Wohlbefinden und seine Gesundheit tun.

Denn auch wenn es auf den ersten Blick so scheint: Wasser ist nicht gleich Wasser. Heil-, Mineral-, Tafel- und Quellwasser unterscheiden sich deutlich in der Qualität, den Inhaltsstoffen und der Wirkungsweise.

Heilwässer können durch ihre vorbeugende, lindernde oder heilende Wirkung der Gesundheit auf natürliche Weise helfen.

Woher **St. Gero Heilwasser** kommt, wie es wirkt und was es so besonders macht, erfahren Sie ausführlich auf den nächsten Seiten.

## Spüren Sie die Heilkraft der Natur. *Mit St. Gero.*

Heilwasser ist eines der ältesten Naturheilmittel der Welt. Schon in der Antike kannten Ärzte die heilenden Kräfte des Wassers.

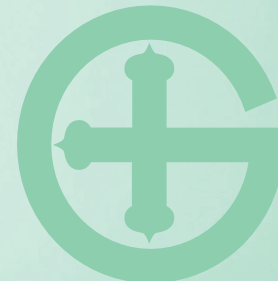
Ebenso wie Mineralwasser muss Heilwasser einer unterirdischen Quelle entspringen und direkt vor Ort abgefüllt werden. Allerdings darf ein Wasser die Bezeichnung Heilwasser erst tragen, wenn es eine **medizinisch nachgewiesene Heilwirkung** hat.

Es gilt als Arzneimittel und muss als solches vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte zugelassen werden.

Heilwässer beinhalten eine besondere Kombination von Mineralstoffen und Spurenelementen – hierin liegt der zentrale Unterschied zu Mineralwässern und anderen Wasserarten.

**St. Gero Heilwasser** ist dank seiner Herkunft von Natur aus hoch und ausgewogen mineralisiert – reich an wertvollen Mineralien wie Calcium, Magnesium und Hydrogencarbonat.

Als guter Durstlöcher wirkt **St. Gero Heilwasser** zudem in vielen Bereichen des Körpers und beugt nachweislich Krankheiten sowie Beschwerden vor.





## Entdecken Sie die Heilquelle der Vulkaneifel. Mit St. Gero.

Es gibt viele Heilwässer in Deutschland. St. Gero entstammt dabei der staatlich anerkannten Heilquelle St. Gero in der Vulkaneifel.

Die Kombination aus Calcium, Magnesium und Hydrogencarbonat, der das Heilwasser St. Gero seine gesundheitliche Wirkung verdankt, entsteht durch eine geologische Besonderheit: Im Quellgebiet trifft in der Tiefe Kohlensäure vulkanischen Ursprungs auf calcium- und magnesiumhaltiges Dolomitgestein. Erst durch die natürliche Kohlensäure lösen sich die wertvollen Mineralstoffe aus dem ansonsten nahezu wasserunlöslichen Kalkgestein. Aus den Kalksteinschichten stammt auch das für St. Gero typische Hydrogencarbonat.

Gefiltert durch die Gesteinsschichten der Vulkaneifel, sammelt sich das Heilwasser in bis zu 200 Metern Tiefe. Um die natürliche Reinheit der Heilquelle zu bewahren, wird St. Gero direkt am Quellort in Gerolstein abgefüllt. Dazu sichern tägliche umfangreiche Analysen die Qualität.

## Tun Sie sich etwas Gutes. Mit St. Gero.

Ausreichend Wasser zu trinken, fördert Ihre Gesundheit und steigert Ihr Wohlbefinden. Doch nicht nur die Menge ist wichtig, entscheidend sind vor allem die Inhaltsstoffe. Aufgrund seiner wertvollen Mineralisierung beugt das natürliche Heilwasser St. Gero nachweislich Krankheiten vor und wirkt in vielen Bereichen des menschlichen Körpers:

- St. Gero Heilwasser regt sanft die Verdauung an.
- St. Gero Heilwasser fördert die Magen-Darm-Funktion.
- St. Gero Heilwasser dient der unterstützenden Behandlung von Osteoporose.
- St. Gero Heilwasser bietet Hilfe bei Blasenentzündungen (außer Harnwegserkrankungen mit E.-coli).
- St. Gero Heilwasser verbessert die Versorgung mit Calcium und Magnesium.
- St. Gero Heilwasser beugt Harnstein vor.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Ob zur Anwendung als Trinkkur  
oder zum Dauergebrauch:  
St. Gero ist Ihr erfrischender  
Durstlöscher und natürlicher  
Mineralstofflieferant.**



# Erfahren Sie, was Ihr Körper braucht. *Mit St. Gero.*

Die wichtigsten Mineralstoffe und ihre Wirkung im Überblick:

## Calcium

- wirkt Osteoporose entgegen
- sorgt für starke Zähne und stabile Knochen
- unterstützt die Blutgerinnung und Reizübertragung
- steuert Nervenimpulse
- stabilisiert den Herzschlag

Tagesbedarf: 800 mg\* (Jugendliche/Frauen in und nach den Wechseljahren 1.200 mg, Schwangere und Stillende 1.000 mg, bei Osteoporose: 1.200 bis 1.500 mg)\*\*

## Magnesium

- ist wichtig für Herz, Kreislauf, Nerven und Energiestoffwechsel
- steuert die Arbeit der Muskeln
- hilft bei Unruhe und Leistungsschwäche
- fördert die Konzentrationsfähigkeit
- ist wichtig für gesunde Knochen und Zähne

Tagesbedarf: 375 mg\* (Frauen 300 mg, Männer 350 mg, Jugendliche 400 mg, Kinder altersabhängig 80 bis 310 mg)\*\*

## Hydrogencarbonat

- reguliert den Säure-Basen-Haushalt
- beugt bei Blasenentzündung vor
- reguliert die Verdauung und den Stoffwechsel
- hilft bei Übersäuerung und Völlegefühl
- beugt der Entstehung von Harnstein vor

	St. Gero (mg/l)	Richtwert für eine gesundheitliche Wirkung (mg/l)
Calcium (Ca <sup>2+</sup> )	331	über 250
Magnesium (Mg <sup>2+</sup> )	109	über 100
Hydrogencarbonat (HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup> )	1.775	über 1.300
Kohlensäure	3.500	über 2.000
Sulfat (SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup> )	35	über 1.200
Natrium (Na <sup>+</sup> )	121	- kein Richtwert -
Chlorid (Cl <sup>-</sup> )	39	- kein Richtwert -
Fluorid	0,15	über 1

Quelle: Deutsche Heilbrunnen im Verband Deutscher Mineralbrunnen e.V. • Stand 2016

\* Quelle: laut gesetzlichen Vorgaben \*\* Quelle: DGE-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr 2013

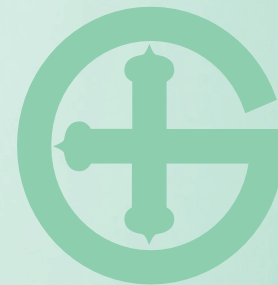
# Decken Sie Ihren Bedarf an Mineralstoffen. *Mit St. Gero.*

Knapp 50 % der deutschen Bevölkerung erreichen nicht den empfohlenen Tagesbedarf an Calcium – bei Magnesium sind es rund 28 %.\*

St. Gero Heilwasser leistet mit seinem hohen Gehalt an Mineralstoffen einen wertvollen Beitrag zur Calcium- und Magnesiumversorgung, und das ganz ohne Kalorien.

Aufgrund der hohen Bioverfügbarkeit ist es ebenso eine vergleichbare Alternative für die Aufnahme von Mineralstoffen aus der Nahrung – für alle, die keine Milch mögen, für Veganer und Menschen mit Laktose-Intoleranz.\*\*

Ein weiterer Pluspunkt: In St. Gero Heilwasser liegen die Mineralstoffe bereits in gelöster Form vor. Dadurch können sie besser verwertet werden als Mineralstoffe aus der Nahrung.



**Weitere Informationen erhalten Sie direkt auf der Flasche. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

\*Quelle: Max-Rubner-Institut, Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel (Hrsg.), Ergebnisbericht Teil 2, Nationale Verzehrsstudie II, Karlsruhe, 2008

\*\*Quelle: M.Sc. Greupner, Dr. Schneider, Prof. Dr. Hahn Abschlussbericht der Studie Bioverfügbarkeit von Calcium und Magnesium aus Mineralwasser, Hannover, 2017