ПАМ’ЯТКА

Як покращити якість води у побуті

Жорстка вода – це вода з високим вмістом солей, зокрема, кальцію та магнію.

У невеликих кількостях і кальцій і магній корисні для нашого організму, але регулярне вживання жорсткої води може негативно позначитися на нашому здоров'ї, а саме - поява піску або каміння в нирках та сечовому міхурі, посилення проблем із серцево-судинною системою, сухість та лущення шкіри, проблеми з суглобами, розвиток у дітей атопічного дерматиту.

Жорстка вода не тільки несе шкоду здоров'ю людини, а й порушує роботу побутових приладів. Солі магнію і кальцію створюють накип на нагрівальних елементах техніки, що збільшує витрату електроенергії, знижує потужність приладів і призводить до частих поломок.

Прибрати або зменшити жорсткість води у будинку можливо шляхом кип’ятіння та застосовуючи відповідні фільтри:

- проточний фільтр для жорсткої води (один з самих бюджетних способів фільтрації води)
- іоннобмін - цей метод отримання м'якої води включає видалення головної причини появи накипу, а саме: іонів кальцію і магнію.
- зворотний осмос - очищує воду на молекулярному рівні за допомогою спеціальних мембран. Вода проходить під тиском через їх пори, залишаючи в мембранах бактерії, метали, органічні домішки.

Після фільтрації вода значно пом'якшується за рахунок зменшення вмісту солей у воді, що підходить для щоденного споживання, а також приготування напоїв і страв.

ДУ «Кіровоградський обласний центр контролю та профілактики хвороб МОЗ України»