

# Чем природная питьевая вода отличается от минералки

Еще в начальной школе мы узнали, что человек без пищи может прожить месяц, а без воды не больше трех дней, потом начинаются необратимые процессы и как следствие — летальный исход.

И если пищевое голодание иногда идет даже на пользу организму, то употребление воды полностью исключить нельзя. Вода — активный участник сложнейших биохимических процессов, регулирующих все функции организма. В развитых странах все большее количество необходимой воды люди употребляют, покупая ее в бутылках, с гарантированным качеством. Какую именно воду без вреда для здоровья можно употреблять, рассказал газете Александр Сутурин, автор патента производства байкальской бутилированной воды, заведующий лабораторией биогеохимии Лимнологического института СО РАН.

## Все болезни — от плохой воды!

По данным Всемирной организации здравоохранения, 80% всех заболеваний — из-за некачественной воды. Обычная вода из-под крана несет в себе такие вредные составляющие, как механические загрязнители, соли тяжелых металлов, органические соединения, бактерии, водоросли, простейшие и так далее. В наши водохранилища попадают стоки из прибрежных населенных пунктов, тогда как специальных современных систем очистки в городах и поселках, в том числе в городе Иркутске, нет.

В водопроводной воде Иркутска содержание микробов чаще всего соответствует нормам, но это достигается постоянным хлорированием. Остаточный привкус хлора — непереносимый атрибут иркутской водопроводной воды. Это не только неприятно, но и не очень полезно для здоровья.

## За водой в магазины

То, что воду нужно покупать, это печальное следствие современной цивилизации, приведшей к загрязнению большинства рек и озер мира. Европейские страны, США, Япония уже много лет как перешли на употребление бутилированной воды.

Тенденция заботы о своем здоровье проявляется и в России. В продаже существует достаточно много марок бутилированной воды, но она в большинстве своем искусственная. К примеру, на этикетке написано: "Чистая питьевая вода", нарисованы горы, волны, бесконечный простор, а разливается это все из обычного городского водопровода с сохранением всех негативных характеристик водопроводной воды. Это не природная, а обычная водопроводная хлорированная вода, прошедшая многократную очистку, включающую дехлорирование, обезжелезивание, ионный обмен, насыщение солями (чаще всего хлоридами натрия и кальция), ультрафиолетовое облучение и озонирование.

Природная питьевая вода не должна иметь никаких добавок, не должна претерпевать при водоподготовке резкого изменения своего состава, терять столь необходимый для живых организмов кислород.

## Минералку ежедневно пить нельзя

Как выбирает воду рядовой покупатель? По-разному: газированную (так вкуснее), акцентирует внимание на дизайне бутылки, вспоминает рекламу, чьи-то слова и т.д. Цена — тоже немаловажный фактор: надо взять что-нибудь подешевле, а может, подороже, с осознанием, что уж по такой-то цене вода обязательно будет полезной. Но выбор питьевой воды должен быть не случайным, а осмысленным.

Часто предпочтение отдают минералке, но тут есть одно "но": пить ежедневно минеральную воду нельзя. Только растения способны преобразовывать минеральные вещества в органические соединения. Человек не растение, он не способен напрямую брать из воды необходимые ему микро- и макроэлементы. Без ограничений можно употреблять только столовые воды с содержанием солей не более 500 мг на литр. Воду с минерализацией от 500 до 1500 мг/л пить можно, только чередуя со столовыми, иначе в организме начнется

отложение солей. Если же в литре воды содержится более 1500 мг/л солей, то ее пить разрешается только по назначению врача — это уже лекарство. Такая вода может оказаться и опасной, если концентрация растворенных в ней химических веществ оказывается слишком высокой, а также если ее пьют постоянно.

### **В чем виновата хлорка?**

Тот же хлор не способен уничтожить все патогенные организмы, а тем более вирусы, например, гепатита. Даже в дистиллированной воде, полученной из хлорированной водопроводной, сохраняется до 70% исходной хлорорганики.

Производные хлора — хлороформ, четыреххлористый углерод — накапливаются в организме. По заключению Всемирной организации здравоохранения, в 70% случаях они являются причиной раковых заболеваний. Кроме того, содержащийся в водопроводной воде остаточный хлор и повышенный алюминий приводят к заболеваемости детей (злокачественные новообразования, пневмония, гастрит, экзема) и ранней смертности взрослых (рак, болезнь Альцгеймера и так далее). По данным американских исследователей, 15-летнее ежедневное употребление хлорированной водопроводной воды в 2—3 раза увеличивает смертность от рака кишечника по сравнению с теми, кто пил чистую озонированную воду.

Даже если хлорированную воду прокипятить, от всех проблем избавиться невозможно. Ряд бактерий сохраняет свою жизнеспособность и после кипячения, а содержание хлора уменьшается лишь на 30%. При этом в воде не уменьшается содержание солей тяжелых металлов и органических загрязнителей. Никаким кипячением, замораживанием или отстаиванием воды в течение суток невозможно удалить токсичные хлорорганические соединения. И главное, при кипячении почти полностью исчезает кислород — основной показатель качества воды.

### **Как выглядит технология изготовления бутилированной воды**

Технология изготовления бутилированной воды Байкала разработана в Лимнологическом институте РАН под руководством директора, академика Михаила Грачева. Вода с глубины ниже 500 метров от поверхности, не менее 100 метров от дна, на расстоянии 1,7 км от берега (то есть где нет влияния современных техногенных процессов) поступает в цех водоподготовки. Трубы для глубинного водовода изготавливаются из пищевого полиэтилена; насосы, фильтродержатели, баки сделаны из специальной стали. В точке водозабора и после розлива в бутылки вода одинакова по химическому составу, включая содержание кислорода.

Для бутилирования воды Байкала последовательно применяются все способы очистки, аналогичные природным: фильтрация, ультрафиолетовое облучение и озонирование. Химический состав воды остается тем же, а все микробы и микроводоросли отфильтровываются. Таким образом, сохраняя все качества байкальской воды, приобретает еще одно потребительское свойство: вода может храниться в герметичной упаковке долгие месяцы и годы, не изменяя вкус и качество. Для изготовления различных бутылей используются пластики, не содержащие вредных примесей. При стерилизации бутылки моются щелочью и многократно споласкиваются озонированной байкальской водой, а затем поступают для розлива. Розлив производится в поселке Листвянка.

### **Вредные мифы о байкальской воде**

#### ***Байкальская вода грязная из-за многолетнего вредного производства***

По словам Александра Сутурина, заведующего лабораторией биогеохимии Лимнологического института, иногда о Байкале пишут как о Чернобыле, источнике диоксидов и цезия, сточной канаве, как о водоеме, насыщенном токсичными элементами. В ответ исследователи утверждают, что Байкал — это не просто гигантский резервуар пресной воды, это фабрика по производству уникальной по своей чистоте и составу воды. Ее состав не меняется десятки тысяч лет — подтверждением этому являются многочисленные представители древней флоры и фауны, которые и сохранились на Байкале из-за того, что его вода осталась прежней. Населяющие озеро живые организмы многократно профильтровывают поступающую из притоков и с атмосферными осадками воду, удаляя все чуждые Байкалу вещества.

Кстати, pH байкальской воды равен pH внутренней среды организма человека. Так, pH воды в организме 7,35, pH байкальской воды — 7,5. Незначительное изменение pH приводят к негативным последствиям.

#### ***В байкальской воде мало микро- и макроэлементов***

Это еще один наиболее распространенный миф. Особенно любят обсуждать недостаток в воде Байкала

кальция и магния. На самом деле высокоминерализованные воды содержат в себе в избыточных количествах такой спектр ненужных организму элементов, что человек не успевает адаптироваться к ним, что приводит к различным заболеваниям. Повышенное содержание солей кальция и магния может вызвать мочекаменную болезнь, склероз и гипертонию. Фтористые воды — заболевания скелета и зубов, остеохондроз. Сульфатные и хлоридные воды — диарею, нарушение кислотности желудка, желчекаменную болезнь, гипертонию, заболевания сердечно-сосудистой системы. Повышение в воде концентрации никеля вызывает поражение кожи, цинка — почек, мышьяка — нервной системы. Увеличенное содержание железа в питьевой воде приводит к развитию аллергических болезней. При избытке марганца развивается анемия.

При этом вода Байкала содержит все необходимые биогенные микро- и макроэлементы, имеет наиболее приемлемый для человека кальциево-гидрокарбонатный состав.

Автор: Валерия Топоркова © Номер один ЗДОРОВЬЕ , БАЙКАЛ 👁 3622 28.05.2005, 10:38 📄 390

URL: <https://babr24.com/?ADE=21978> Bytes: 8823 / 8753 Версия для печати

 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

*Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:*

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

*Связаться с редакцией Бабра:*

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

#### **СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:**

---

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)