

你家的自来水净化了吗

水是生命的源泉,是健康之源,人对水的需要仅次于氧气。水占人体的70%,人体所有物质代谢、能量代谢、信息代谢的完成均受着水质的严重影响。我国城市居民用水主要是自来水,自来水受到工业污染等多种污染,且在管道输送过程中还会造成二次污染,共同形成了自来水中的有害元素,具体分析如下:

氯(漂白粉):即自来水消毒剂,为了控制水在管网的输送过

程中细菌的繁殖,必须留有一定的余氯量,而余氯在水中会生成三氯甲烷、四氯化碳,这都是致癌、致突变的有害物质,直接危害人体健康,造成肝癌、皮肤癌、直肠癌、胃癌及妇女子宫癌、宫颈肿瘤;使白血球下降,免疫力降低,特别容易使人患高血压、冠心病、心脑血管疾病等。

铁锈:在输送过程中水与铁管发生氧化反应生成,长期饮用会加重肾脏负担,危害肝脏,导

致内分泌失调、高血压、肝炎等病症。近来发现,铁污染地区往往是肝病高发区。

铅及其它重金属:自来水的来源水中也含有部分重金属铅、镉、锌、砷、汞等,长期饮用会引起肝、肾、心脏及神经系统方面的疾病。

有机化合物:水中有残留的氯化物、氯化物、硫酸盐等,如不加以净化处理,在体内沉积下来,将会严重影响人体健康。

另外,由于环境的污染,水中微生物及细菌增加,矿物质减少,导致了水的老化(如煮饭、炒菜不香、浇花花不鲜、再好的茶也品不出名茶的清香等)。

健康的水不仅仅指饮用水,家庭生活用水同样需要健康清洁。因为有害物质可以通过各种途径直接或间接地作用于人体,如:身体担负的挥发性化学物质1/3在洗涤和沐浴时被皮肤吸收。再如,自来水中的

游离余氯及衍生物“三氯甲烷”“四氯化碳”等致癌、致突变物,除了饮用从口中进入人体外,很大一部分还在人们洗脸、洗手、漱口、洗澡时,从皮肤、毛孔、毛发进入人体。

因此,改变喝水、用水的观念,解决喝水用水问题,势在必行,迫在眉睫。只有把自来水中的各种有害杂质过滤掉(即净化),才能做到饮好水、用好水,才能健康长寿。

知识问答

1.水质与健康的关系如何?

在全球范围内,死亡和患病总人数7%左右是水污染造成的,每年有300~400万人死于水传播的疾病。亚洲和非洲死亡总人数的8.5%和7.7%是由腹泻引起的。发展中国家90%的废水未经处理而排入当地河流和溪水。尼泊尔、中亚、中国(黄河)和印度(恒河)的河流污染严重。在城市边缘区,人们往往用未经处理的市政污水和废水作小型灌溉之用,尤其是用于种植蔬菜,污水因营养丰富而使蔬菜生长茂盛。但是这种做法给人体健康造成严重威胁。

2.有时饮用自来水会有消毒水药味,为什么?

为确保自来水符合安全卫生,避免水生传染病的发生,供水皆经消毒处理(加氯消毒),并需符合国家生活饮用水卫生标准规定的余氯范围。因此有些人饮用时会感觉到消毒水味,但这对人体健康并无影响,而且已习惯自来水生饮的先进国家的民众到各地旅游时,若当地自来水无此类消毒水味,反而不敢安心饮用。

3.有时自来水从水龙头流出后,看起来像牛乳般的白浊,但放置一会儿又变回清澈,为什么?

这是因为在输送自来水至用户的管线中需加压送水,在加压过程会混入空气,使得从水龙头流出的自来水管带大量的气泡,看起来白浊,但放置一会儿,气泡自然消失就可变回清澈,这与水质没有任何关系。

4.一般居民应如何判断其自来水有无问题?

居民仅能由自来水的外观、气味和尝味来判断自来水水质,一般正常的自来水的外观应是澄清无色、闻起来没有气味(些微消毒水味是正常现象)、喝起来也没有异味(些微消毒水味是正常现象)。

矿泉水的常识与常见分类

目前,我国矿泉水企业生产的主要矿泉水类型,90%以上是含锶和偏硅酸型,品种单调。发达国家矿泉水市场近年来出现值得注意的产品种类多样化和二次再加工矿泉水产品特点,增强了矿泉水市场的活力,主要发展趋势是:

(1)适合配制婴儿营养品的专用天然矿泉水受到重视。

据德国矿泉水法规规定,该类水除了符合矿泉水标准外,下列化学成分限量指标须达到:Na<25毫克/升,F<1.5毫克/升,SO₄<24毫克/升,NO₂<0.02毫克/升,NO₃<10毫克/升。

(2)含碘、锌、硒等特殊成分矿泉水。

这几种特殊成分天然矿泉水对人体有一定的保健作用,自然界分布较少。

(3)淡味矿泉水更受欢迎。

尤其以矿化度在500~700毫克/升的天然矿泉水,该类水是健康人体所需天然矿物质含量最为均衡的水。德国营养学会指出,从营养生理学观点看,低钠矿泉水(钠含量低于20毫克/升)很有推荐价值,低钠、原始纯

度及其成分的稳定性使低钠矿泉水成为超出本身作用的独特饮料。

(4)加气(CO₂、N₂)和加味矿泉水。

国外饮用矿泉水按口味划分为充气和无气两种,不同国家各占比例也有差别。充CO₂气的矿泉水不但清凉可口,而且还有杀菌效果,抑制细菌繁殖,杀死敏感的细菌,其浓度为1.5克/升以上的效果最明显,在含重碳酸钙的矿泉水中,CO₂还能阻止其与空气长时间接触后发生的碳酸钙及其他盐类沉淀。

(5)保健型矿泉水。

它是利用电磁波活化方法制取的二次再力口工矿泉水,其水质稳定性和效价都较高。

世界卫生组织(WHO)提出的健康饮水必须符合六个条件,即不含有害物质,含有适量的矿物质,硬度适中,含氧丰富,分子集团小(即小分子水),PH值为弱碱性。天然矿泉水的身价昂贵、日益被人们重视和喜爱的原因就在于它比其他饮水更符合上述健康饮水的条件。如果利用现代科学技术,将天然矿泉水

进行活化而变成小分子水,瓶装矿泉水则完全具备了上述条件。

小分子活性水的制取原理,是利用天然的磁铁矿提炼物(也可根据需要加上特殊元素),用陶土烧制而成生化陶磁片(Bio-CERANIC),它能放射出一定波长的电磁波,使水分子运动加速(比原先299000次/分更激烈)达到再活化。

小分子活性瓶装矿泉水目前在发达国家,尤其在日本、美国、加拿大、欧洲、澳洲、东南亚等备受青睐,成为具有较高消费层次人群日常饮水的一种时尚。据报道,这种水的特点在于既完全保留了原水质的矿物质和微量元素,又增强了水的溶解力、渗透力、代谢力、扩散力,使水的生理功能接近人体细胞水,对人体有明显的保健功能。同时在烹调食物及生物方面也有意想不到的神奇效果,如用这种水煮饭,香醇可口;煮汤味道更佳;用其兑酒,口味更加醇和而不醉;养鱼不长青苔;盆栽插花可延长花期;甚至注入电瓶可使之寿命延长、电量增强等等。

(综合报道)

水也有“好、中、差”

水也有好、中、差之别,各有各的不同。大致分为“健康水”、“亚健康水”、“疾病水”。

(1)“健康水”,必须是分子团小,弱碱性(pH7.35~7.85)高能量,富含氧,矿物元素离子化(骨密度好),电解质平衡(负电位在80~200)生态平衡的大自然的水,一般都是“健康水”,“高山流水哗啦啦,小河的水呀清悠悠”,多美的歌词,遗憾的是这些情景离我们越来越远,许多长寿村的出现,关键的一点是水的质量,现在生态平衡

的破坏,直接导致水的减少,老天爷为我们制造好水实在费了一番苦心,将受污染的水从地上蒸发到空中,从空中降到地上,从高山流到平地,从地上流到地下,这一系列的活动都是为了净化水,活化水,制造高能量有生命的水,最终为了呵护人类。

(2)“亚健康水”,即有能量,有生命的大分子团水,按照能量与体积比是小能量大分子团水,pH值达不到7.35以上,不易被生命体吸收,一般的自

来水就属于这种水(水的分子团大)。

(3)“疾病水”,受污染中毒的活水,工业,农业,日常生活,空气污染都导致大量的水成了疾病水,有的水病得很厉害,已导致某些地区发生许多人患怪病、大病而死。

很显然,我们选择喝什么样的水,现在是很重要的事,是迫在眉睫的事。有的人会说,我们喝开水、喝纯净水为什么照样活得挺好呢?

(综合报道)

