

KAMPANIA EDUKACYJNA

Bądź oszczędny - pij wodę z kranu!

FAKTY I MITY

“Zawsze byłem przekonany, że woda w kranie nie nadaje się do picia, a wręcz jest trująca”.

W ostatnich latach gruntownie zmodernizowano systemy uzdatniania wody, nawet duże miasta mają teraz świetną wodę!!

“Zawsze mi powtarzano, że od picia kranówki będę miał kamienie nerkowe”.

Picie wody kranowej nie odpowiada za powstawanie kamieni nerkowych oraz żółciowych.

“Słyszałem, że w wodzie kranowej nie ma minerałów”.

Woda z kranu posiada minerały w tym biopierwiastki takie jak wapń i magnez. Ich ilość jest zależna od miejsca np. w Warszawie: jest to ok 250 mg/l, a w Krakowie: ponad 300 mg/litr. Denerwuje Cię kamień osadzający się w czajniku? To są właśnie cenne minerały!

“Woda płynie rurami miejskimi, każdy może coś do niej dosypać”.

Jakość wody jest kontrolowana, także podczas transportu rurami. Panujące w nich wysokie ciśnienie oraz to, że są położone głęboko w ziemi, sprawia, że ich nawiercenie i dodanie czegokolwiek do wody jest niemożliwe.

“Przegotowana woda jest zdrowsza”.

Przegotowanie wody powoduje wytrącenie w postaci osadu (kamienia) części minerałów – zwłaszcza związków wapnia i magnezu – co zmiękcza wodę, ale również powoduje zubożenie składu mineralnego wody. Z tego powodu gotowanie wody nie jest zalecane przy bezpośrednim spożyciu.

“Wiele razy widziałem, że z kranu leci brązowa woda.”

Brązowe zabarwienie zazwyczaj jest wynikiem podwyższonej zawartości żelaza.

Może ono powstawać w trakcie napraw lub czyszczenia sieci oraz w okresie wakacyjnych wyjazdów, kiedy mniej ludzi korzysta z wody. Samo żelazo nie jest szkodliwe, ale gdy woda ma dziwny wygląd, zalecamy powstrzymać się od jej picia do momentu zniknięcia przebarwienia.

Zespół Szkół nr I w Goleniowie