

# مضرات آب معدنی را بشناسیم!

امروز تصمیم داریم در مقاله ای مضرات آب معدنی را بشناسیم! با ما همراه باشید.....

یکی از مواد مورد نیاز برای بدن که در کنار اکسیژن نقش مهم و حیاتی در ادامه زندگی بدن انسان دارد ، آب است. این ماده در طبیعت با پیوند دو اتم هیدروژن و یک اتم اکسیژن ایجاد می شود و ضروری ترین ماده برای ادامه حیات جانوران و گیاهان بر روی کره خاکی است. برای استفاده راحت و بهتر آب خوراکی تجهیزات و وسایل گوناگونی از جمله آب سردکن اختراع شده اند.



مضرات آب معدنی

آب در طبیعت در سه حالت گاز ، مایع و آب وجود دارد. در حالت گازی به آن بخار آب و در حالت جامد به آن یخ گفته می شود. به دلیل حساسیت بدن به وجود مواد آلوده در آب ، امروزه آب شهری پس از رفع آلودگی در تصفیه خانه ها به دست مصرف کنندگان می رسد. برای رفع آلودگی آب شهری موادی مانند کلر استفاده می شود.

البته برخی از کارخانه ها برای تامین آب خوردنی مردم و البته کسب درآمد اقدام به تولید و عرضه آب معدنی می کنند. بیشتر مردم نیز به دلیل این که فکر می کنند آب معدنی از لحاظ بهداشتی و املاح معدنی

از آب شهری غنی تر است ، مصرف آن را ترجیح می دهند. اما با این حال ما استفاده از آب گرم و سرد تولیدی آبسردکن (از طریق آب شهری) را به شما توصیه می کنیم زیرا مصرف آب معدنی به دلایلی که در ادامه به آن ها اشاره شده است ، در درازمدت می تواند سلامتی انسان را به خطر بیندازد.

با مضرات آب معدنی آشنا شویم :

## آب معدنی احتمال ابتلا به سرطان را افزایش می دهد.

گاهها مشاهده می شود که فروشندگان ، [قوطی های آب معدنی](#) را در مقابل نور خورشید قرار می دهند. مطالعات نشان می دهد که قرار دادن بطری های آب معدنی در مقابل نور مستقیم آب شهری کیفیت آن را به میزان قابل توجهی پایین می آورد. تابیدن نور مستقیم خورشید به بطری آب شهری باعث جدا شدن مشتقات نفتی سازنده بطری و حل شدن آن ها در داخل آب می شود. این مساله باعث افزایش احتمال ابتلای مصرف کننده به سرطان می شود.

در حالی که مخزن آبسردکن ها که محل اصلی ذخیره و نگهداری آب در داخل آبسردکن است ، طبق ضوابط وزارت بهداشت و البته سازمان ملی استاندارد ایران از استیل استنلس نگیر و خالص ساخته می شوند و به هیچ عنوان کیفیت ، رنگ و بوی آب را تغییر نمی دهند.



مضرات آب معدنی

## یکی دیگر از مضرات آب معدنی یخ زدن آب در داخل بطری های آب معدنی می باشد.

در فصل تابستان و با بالا رفتن دمای هوا ، برخی افراد بطری آب معدنی را پر کرده و در فریزر قرار می دهند. این کار اشتباه است زیرا بطری های آب معدنی برای استفاده در دمای صفر تا چهار درجه سانتی گراد طراحی شده اند و استفاده از آن ها برای تولید یخ می تواند سلامتی انسان را به خطر بیندازد. بهترین راه برای تولید یخ خوراکی استفاده از یخ ساز خانگی است.

## استفاده از آب جوش در بطری آب معدنی ورود مواد شیمیایی به بدن را افزایش می دهد.

همانطور که اشاره شد بطری های آب معدنی فقط در دمای صفر تا چهار درجه سانتی گراد قابل استفاده هستند. بنابراین به هیچ عنوان نباید از بطری این محصولات پر کردن آب جوش استفاده کنید. ریختن آب جوش به داخل این وسایل می تواند وارد شدن مواد شیمیایی را به بدن تا 70 درصد افزایش دهد. در مقابل آبرسدکن های فانتزی قابلیت تولید آب گرم (علاوه بر آب سرد) را دارند و قادرند آب گرم را تا دمای نزدیک به دمای جوش برای مصرف کننده تولید کنند.



مضرات آب معدنی