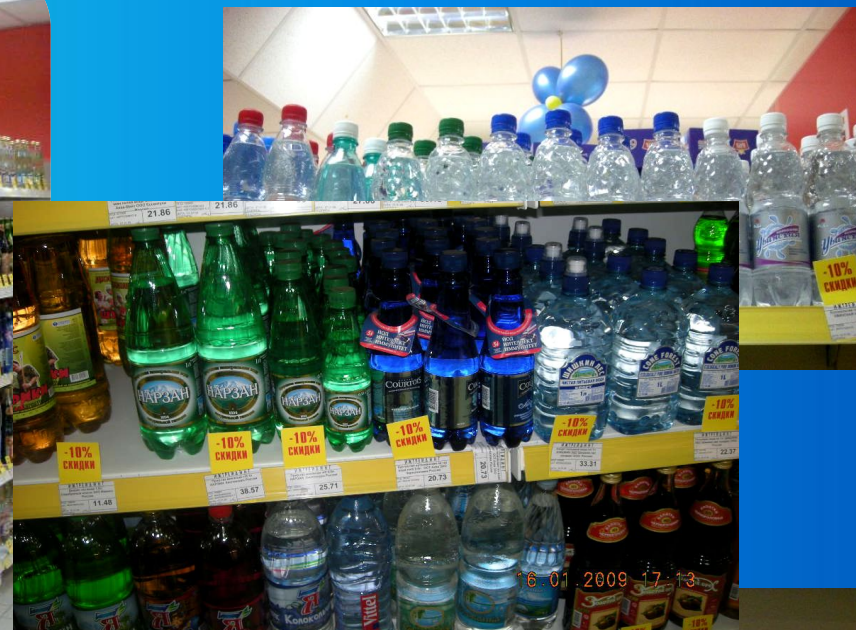
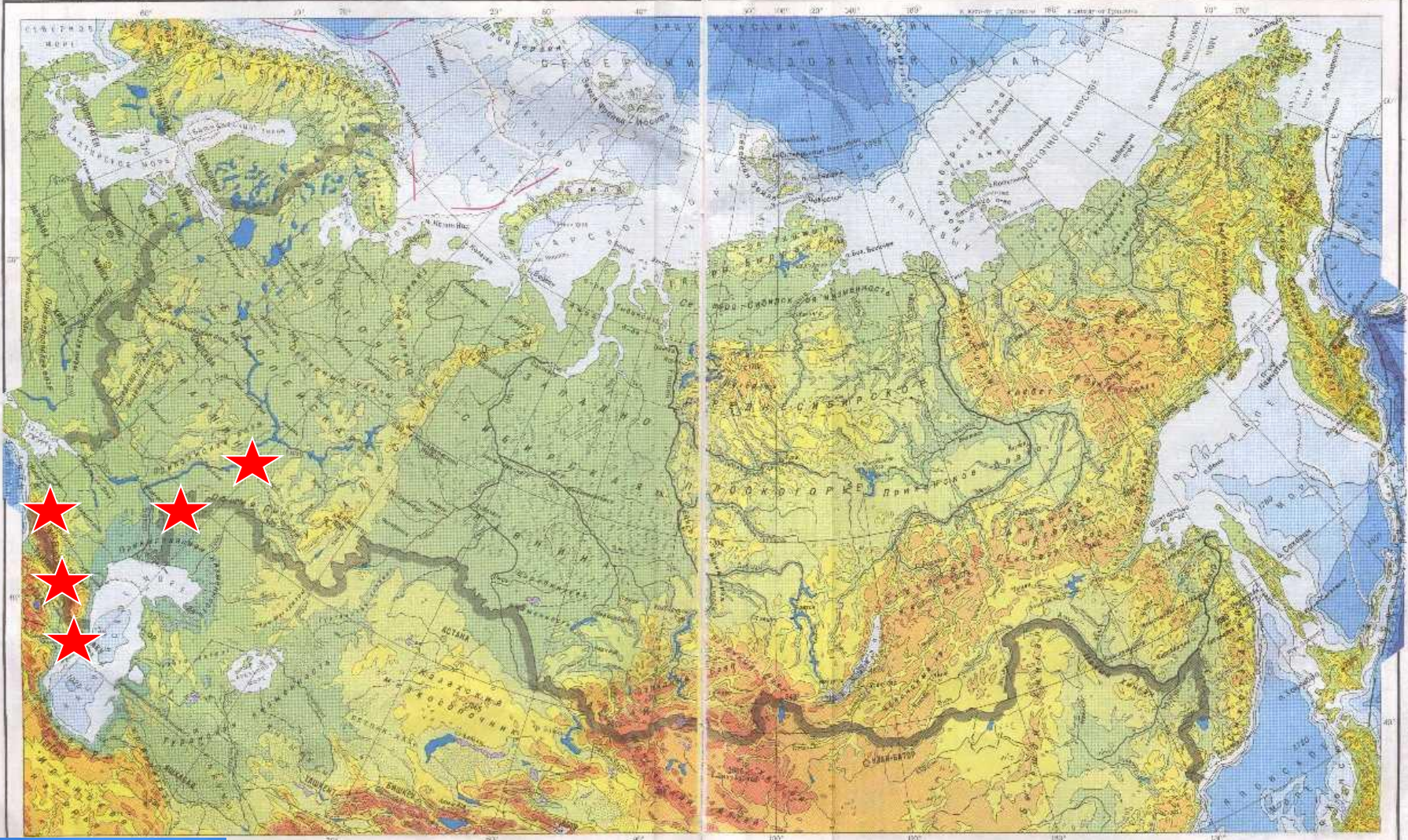


КАК ВЫБИРАТЬ МИНЕРАЛЬНУЮ ВОДУ?



Минеральная вода - подземная вода,
содержащая большое количество солей и
газов.



Масштаб 1:20 000 000 (в 1 см 200 км)
500 1000 1500 2000 2500 3000 3500 4000 4500 5000 5500 6000 6500 7000 7500 8000 8500 9000 9500 10000



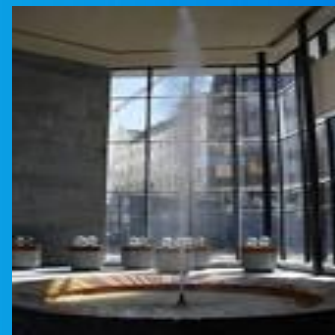
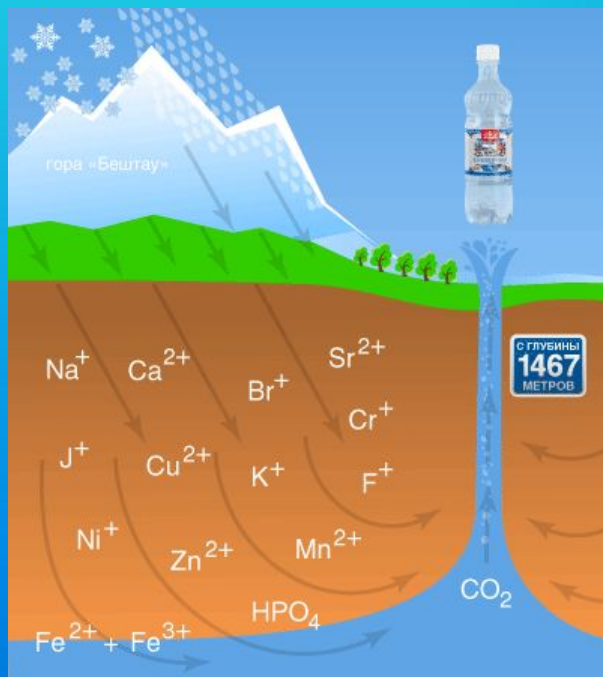
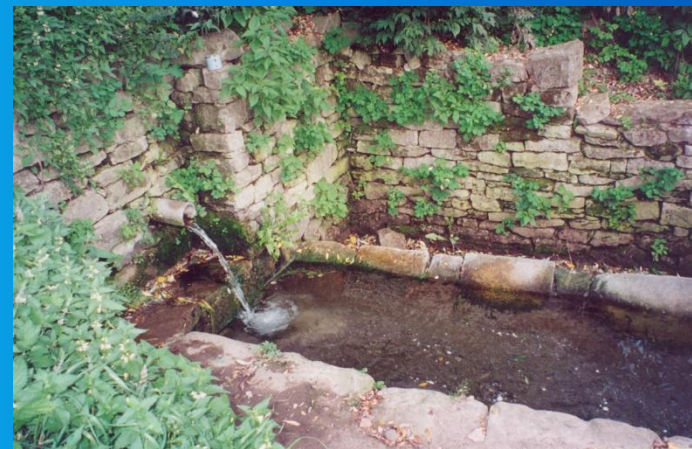
Минеральные источники Волгоградской области



Кировский район Волгограда

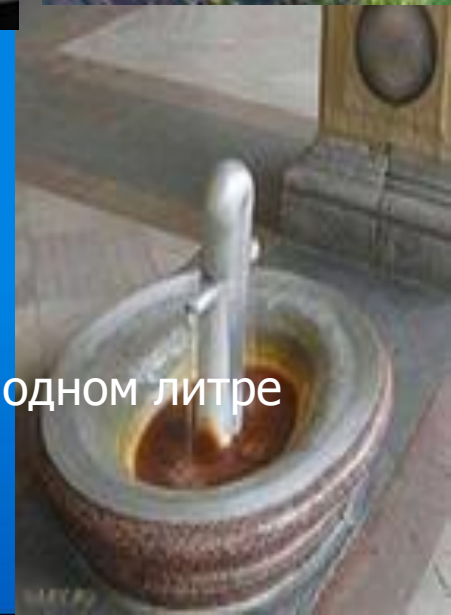


Как появляется на свет минеральная вода ?



Минерализация – это количество веществ, растворённых в одном литре минеральной воды.[1]

Измеряется в г/дм^3 , мг/дм^3 , г/л .



Классификация минеральной ВОДЫ

- По химическому составу

гидрокарбонатно
й

сульфатной

хлоридной

смешанная

По содержанию элементов

Вода с кислородом

Полезна такая вода при заболеваниях бронхо - легочной системы — хронических бронхитах

Вода с серебром

антиоксидан
т
обезврежива
ет
вредоносные
организмы

Вода с йодом

Однако черпать йод лучше не из воды, а из натуральных источников (морской рыбы, морской капусты). Йод же в минеральной воде — неорганический и достаточно тяжело усваивается организмом

Это нужно знать !

- Газировка хорошо утоляет жажду
- Газированная вода повышает кислотность желудка

Людам, имеющим заболевания верхних отделов пищеварительного тракта (гастриты, панкреатиты, холециститы и другие) газированную воду лучше исключить из своего рациона

- Храниться и продаваться лечебная минеральная вода должна в стеклянной таре.

Минеральная вода в прозрачных пластиковых бутылках является лечебной очень относительно.

- Сколько воды нужно пить в день, минеральной или обычной, зависит от человека и его рациона. Пить же воды надо столько, сколько хочется.

Телеэкспертиза

Как правильно употреблять минеральную воду

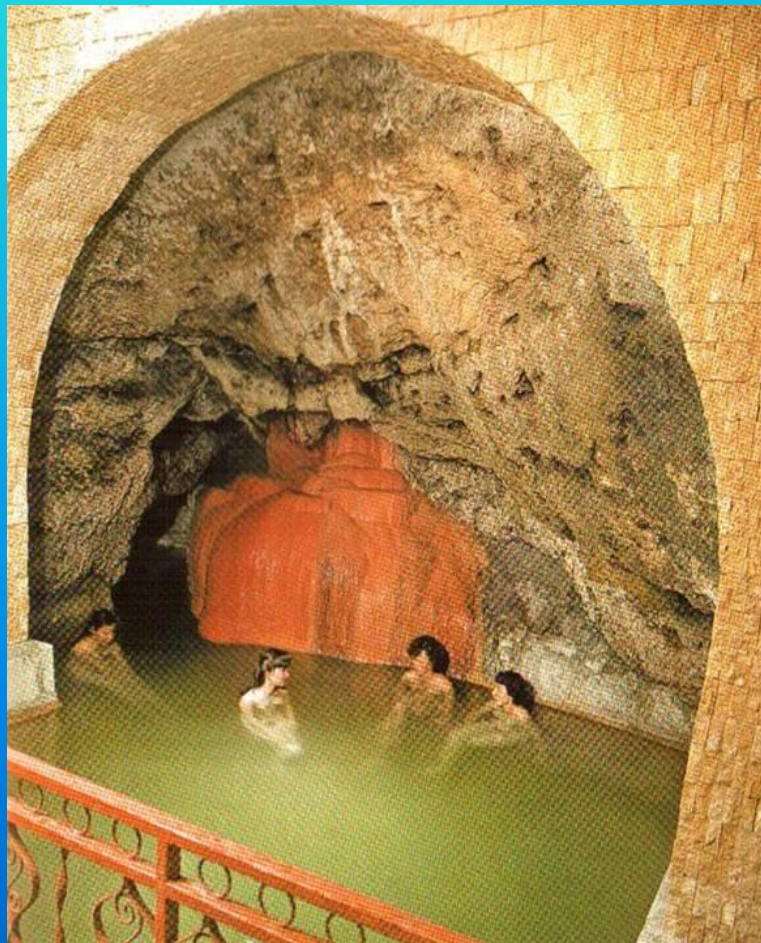
- **К лечебной минеральной воде нужно относиться точно так же, как и к лекарствам.**

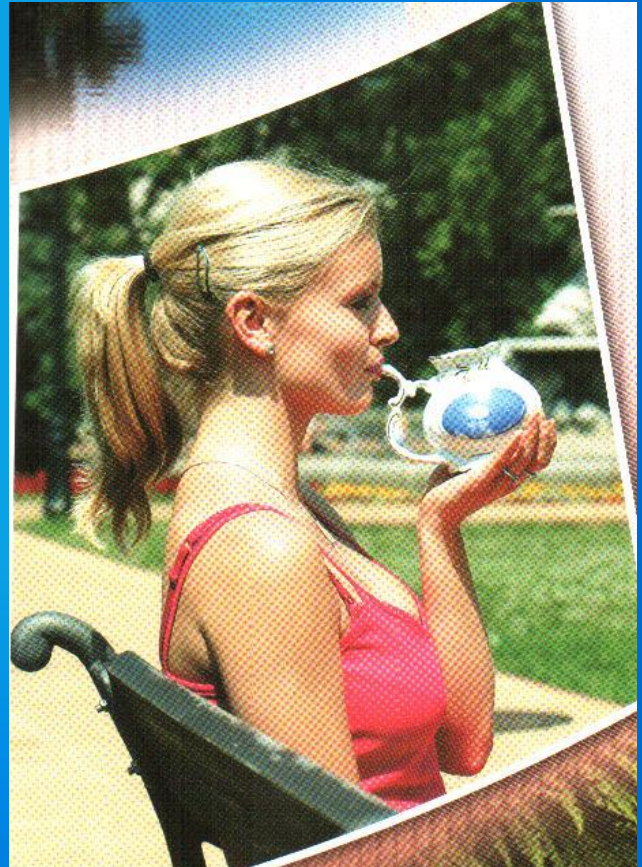
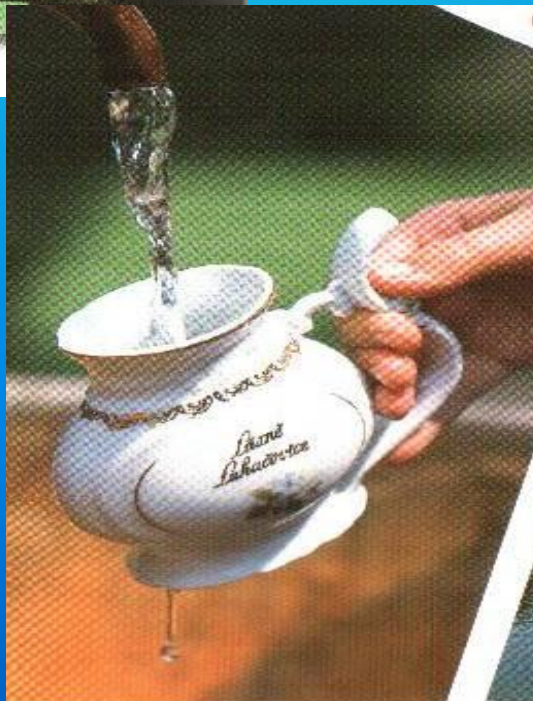
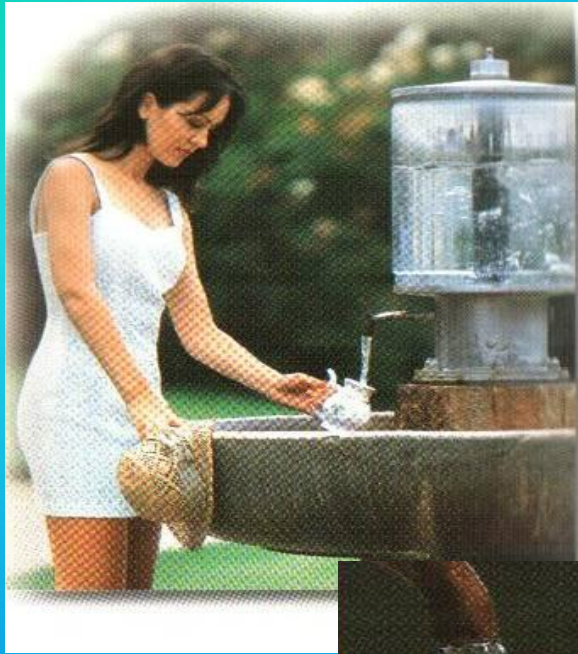
Если ее систематически пить, а она подобрана неправильно, можно навредить своему организму.

- **Основной фактор при выборе лечебной минеральной воды** — это кислотность желудка. При низкой кислотности показана хлоридная вода, при высокой — гидрокарбонатная вода. Смешанная минеральная вода, о которой говорили раньше, имеет более широкие показания, так как в ее состав входит много минеральных солей.
- Лечебная минеральная вода **максимально проявляет свои целебные свойства непосредственно у источника**, а сохраняет их только первые 2 часа. Чем дальше вода удаляется от источника, тем меньше этих свойств в ней сохраняется.

- Не стоит слепо ориентироваться на рекомендации по употреблению, приведенные на этикетке. **Прежде чем лечиться той или иной водой, нужно консультироваться с врачом** — такое лечение требует полного обследования и определенной диеты. Не спешите пить специализированную воду, купленную в магазине, да еще и в большом количестве. Потому как результат может быть кардинально противоположным.
- **Бесконтрольное употребление лечебной минеральной воды приводит к изменению кислотного баланса** организма и, вместо того, чтобы вылечиться, можно «заработать» себе еще одну проблему. Если вам очень захотелось оздоровиться в домашних условиях, не поленитесь — посоветуйтесь с гастроэнтерологом.

ЛЕЧЕНИЕ МИНЕРАЛЬНЫМИ ВОДАМИ И ГРЯЗЯМИ







Этикетка минеральной природной столовой воды должна содержать в себе следующую основную информацию:

- наименование расфасованной воды с указанием вида и группы минеральной воды (слово «минеральная» при указании вида обязательно);
- тип (газированная/негазированная);
- наименование или номер источника (может быть включено в наименование минеральной воды);
- наименование и местонахождение изготовителя, упаковщика, экспортера и импортера;
- номинальный объем воды (л);
- дата изготовления (розлива);
- химический состав (мг/дм³);
- общая минерализация (г/дм³);
- аналоги (гр/дм³) (Эта надпись на этикетке говорит об общем количестве растворенных в воде ионов и биологически активных элементов);
- условия хранения;
- срок годности;
- обозначение технических условий (Это информация о технических условиях для профессионалов. Если на бутылке надпись «ТУ 9185-...» (какой ряд цифр следует далее — не важно!) и указан номер скважины или наименование источника, то это настоящая природная минеральная питьевая столовая вода);
- информация о сертификации.



СЕБРЯКОВСКАЯ МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА

- Природа наделила недра Волгоградской области уникальными ресурсами. Одним из таких подземных сокровищ по праву можно назвать минеральную воду «Себряковская».
- «Минеральная питьевая лечебно-столовая вода “Себряковская” получена из скважин № 06683 и 06684, расположенных на окраине г. Михайловка Волгоградской области в долине реки Медведицы, с водоносного горизонта терригенных отложений верхнего мела.



ЕССЕНТУКИ-17"

- Минеральная вода
- "Ессентуки-17"
добывается с глубины до 1,5 км
-
- Ессентукского месторождения.
-
- Не имеет аналогов по вкусовым
-
- качествам и целебному
- воздействию



ЕРГЕНИНСКАЯ ВОДА



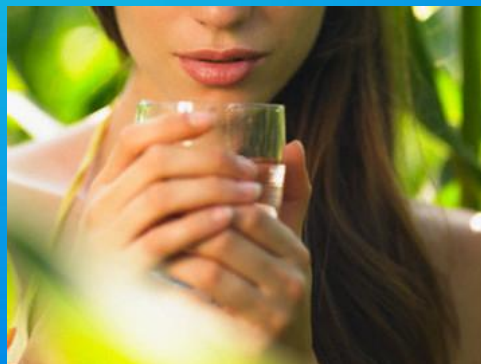
- Вода на вкус солёная с горьковатым привкусом, температура в независимости от сезона 10,6 градусов . Известно две скважины , водоносный слой которых находится на глубине от 20 до 90 метров. Так же разработана скважины №1и 2 «Горная поляна» Известны минеральные источники в Котовском и Жирновском районах – это соответственно скважины № 73 Ново-Коробковской площади и №12 Кленовского месторождения. Воды эти имеют хлорист-натриево-кальциево-магниевый состав и применяются в виде ванн.



Экспертиза минеральной воды по этикеткам

Минерализация (г/л, мг/л, г/дм ³ , мг/дм ³)	Столовая (не более 1 г на литр)	Лечебно- столовая (от 1 до 10 г на литр)_	Лечебная (более 10 г на литр)

Составьте SMS своей маме



Дегустация образцов минеральной воды

Результаты голосования:

- 1 – 8 чел.
- 2 – 10 чел.! – лидер «народного голосования».
- 3 – 5 чел.)

Домашнее задание

Составьте список образцов минеральной воды (3-5 примеров), которая может быть использована для:

- А) полоскания горла во время ангины;
- Б) лечения заболеваний нервной системы;
- В) лечения заболеваний желудочно-кишечного тракта.



Как появляется на свет Можгинская минеральная вода?

