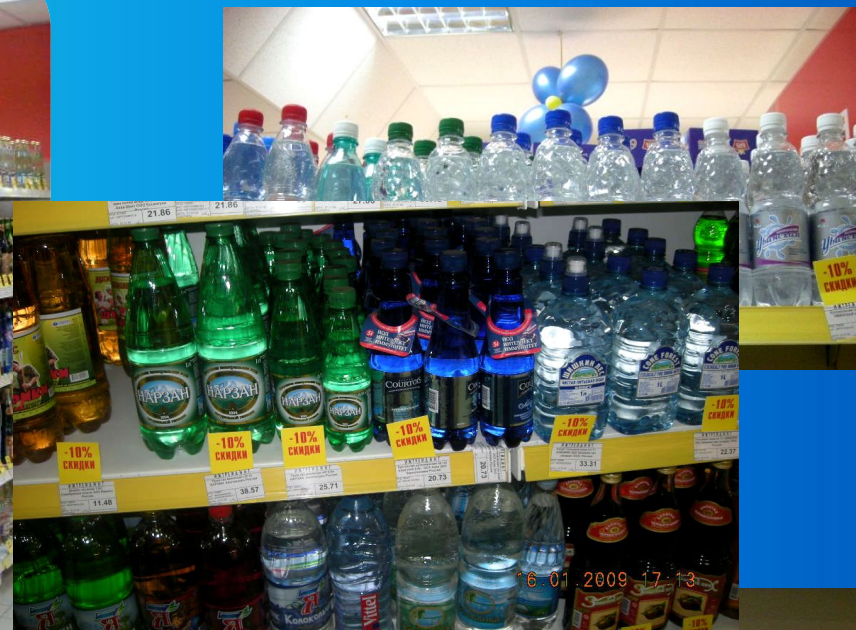
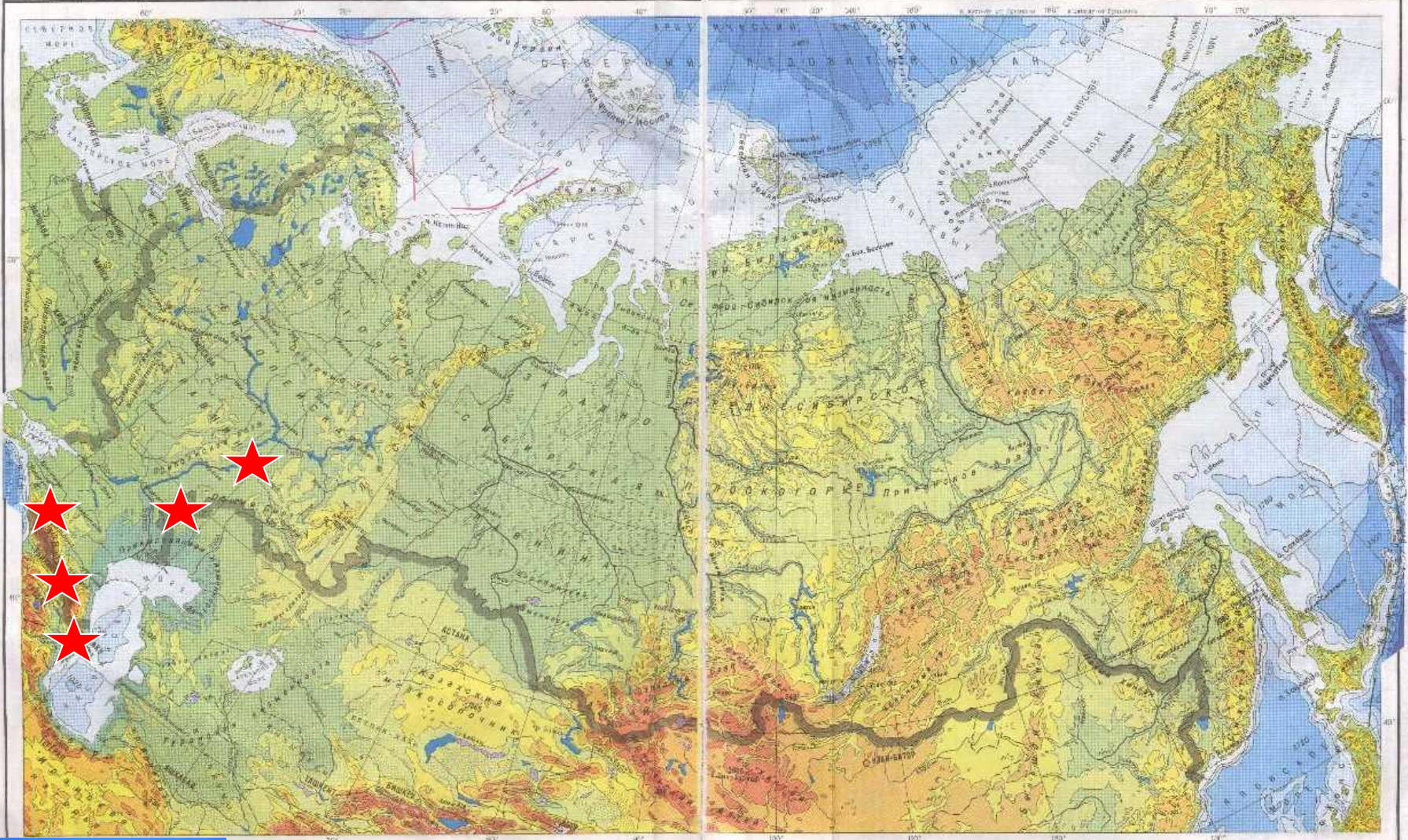




# КАК ВЫБИРАТЬ МИНЕРАЛЬНУЮ ВОДУ?



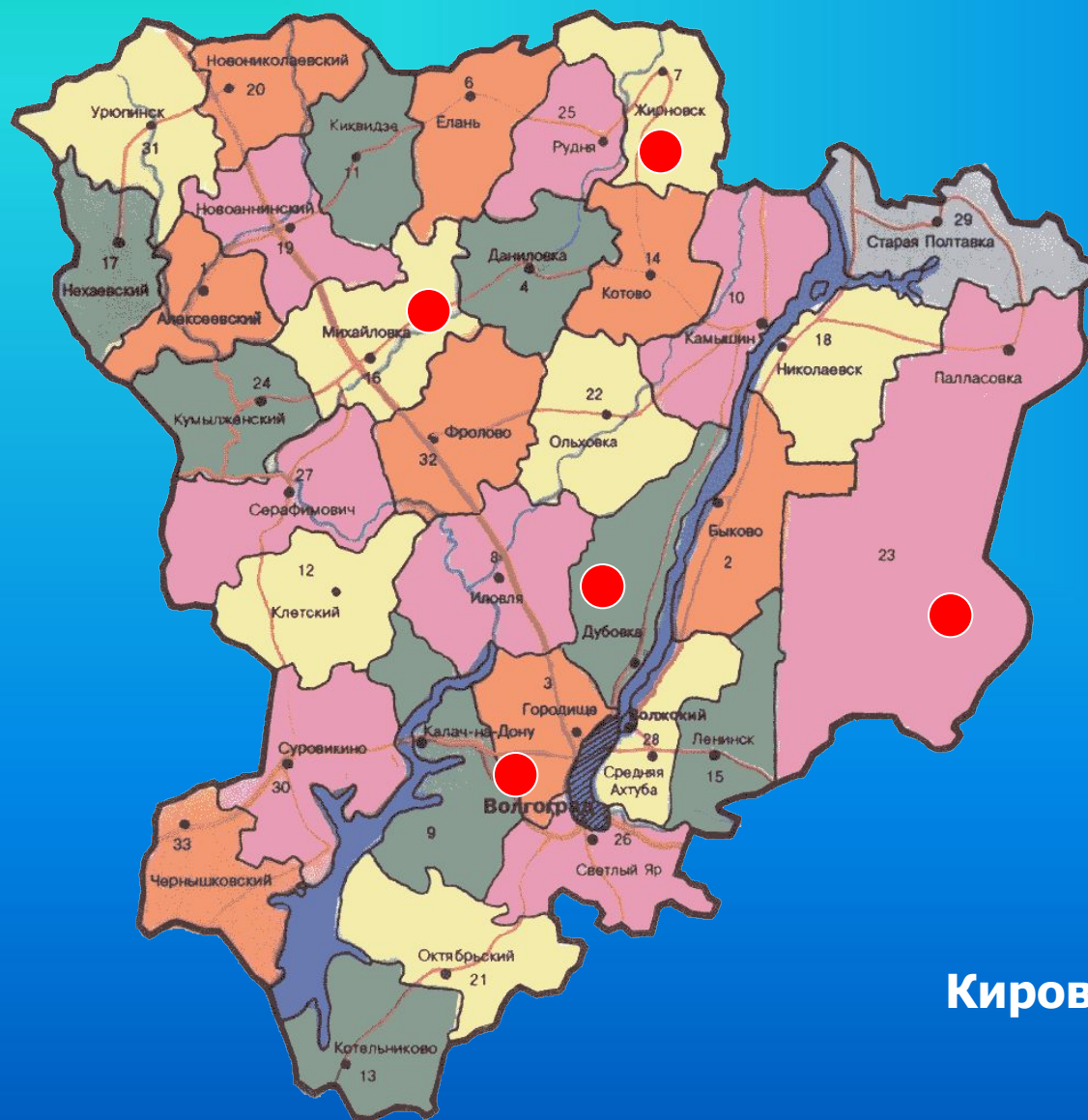
Минеральная вода - подземная вода,  
содержащая большое количество солей и  
газов.



Масштаб 1:20 000 000 (в 1 см 200 км)  
500 1000 1500 2000 2500 3000 3500 4000 4500 5000



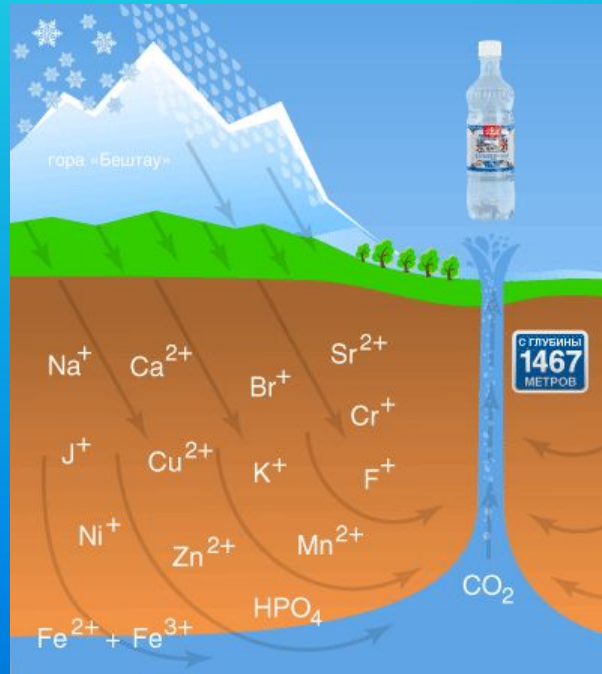
# Минеральные источники Волгоградской области



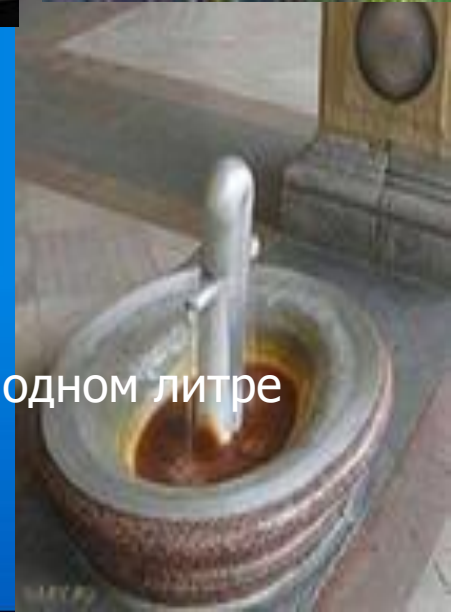
Кировский район Волгограда



# Как появляется на свет минеральная вода ?



Минерализация – это количество веществ, растворённых в одном литре минеральной воды.[1]  
Измеряется в  $\text{г/дм}^3$ ,  $\text{мг/дм}^3$ ,  $\text{г/л}$ .



# 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

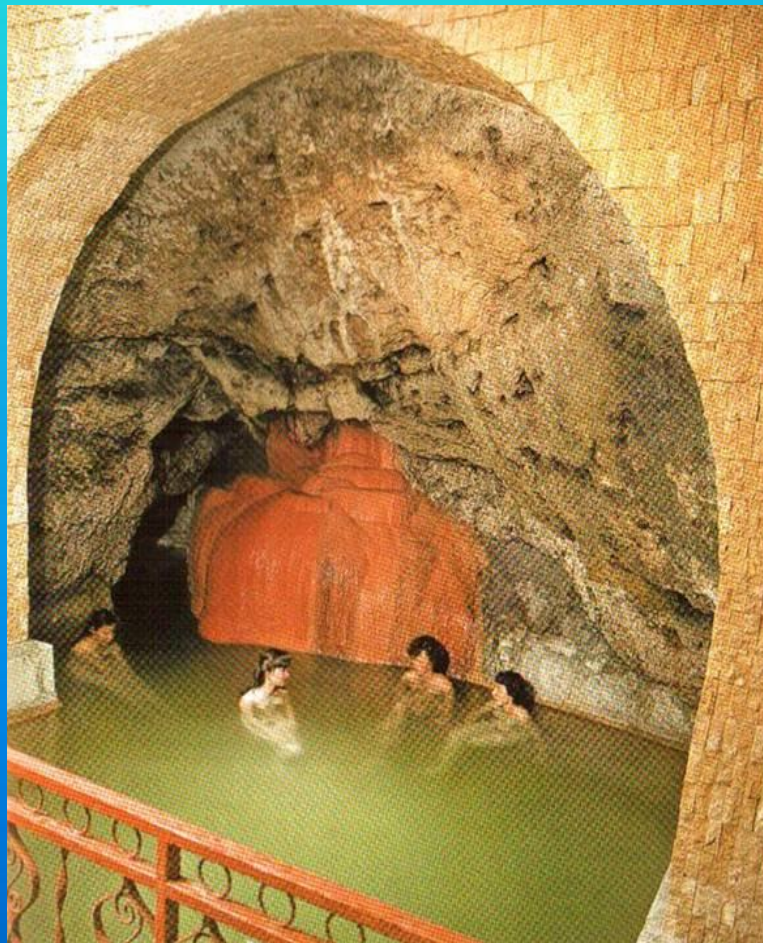
- **К лечебной минеральной воде нужно относиться точно так же, как и к лекарствам.**

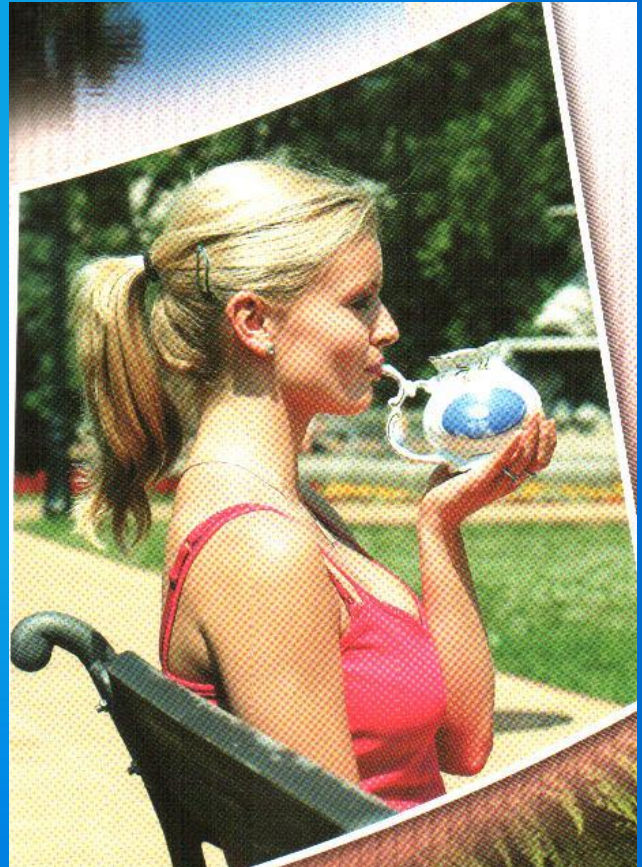
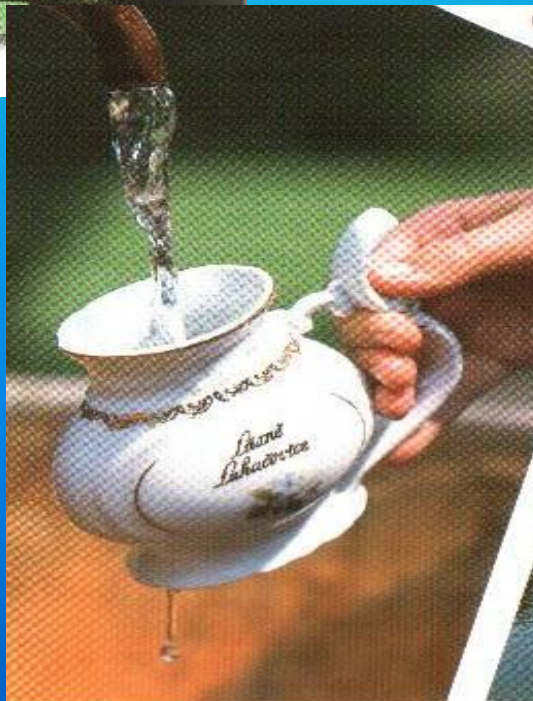
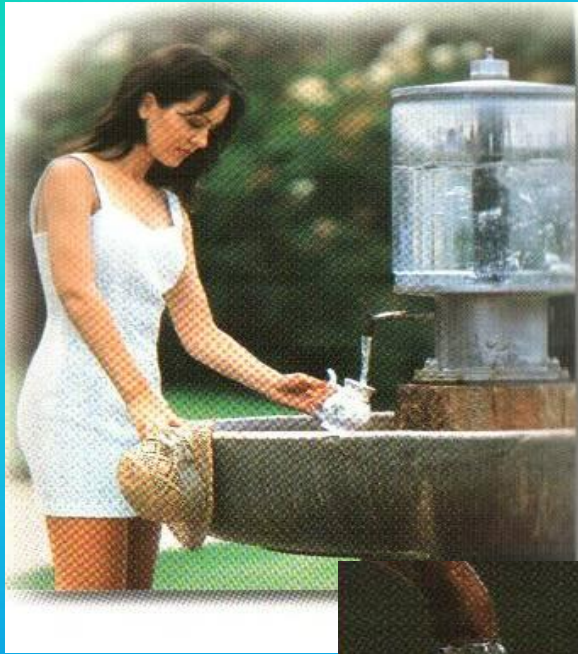
Если ее систематически пить, а она подобрана неправильно, можно навредить своему организму.

- **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

**ДОЛИНА НАРЗАНОВ**  
НАТУРАЛЬНАЯ ГАЗИРОВАННАЯ МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВАЯ

1.5л

**ВОДА ПРИРОДНАЯ МИНЕРАЛЬНАЯ ПИТЬЕВАЯ ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВАЯ «ДОЛИНА НАРЗАНОВ»**  
РФ, КАРАЧАЕВО – ЧЕРКЕССИЯ  
Связькина № 2 – 03  
Тел. факс: 004-2441181-00  
НАИМЕНОВАНИЕ ГРУППЫ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДЫ:  
гидрокарбонатная магниево-кальциевая

**МИНЕРАЛИЗАЦИЯ (г/л): 1,0 – 2,0**  
**ОСНОВНОЙ ИОННЫЙ СОСТАВ МИНЕРАЛЬНОЙ ВОДЫ (мг/дм³)**  
**АНИОНЫ (мг/дм³)**  
Гидрокарбонаты HCO<sub>3</sub><sup>-</sup> 400–1200  
Сульфаты SO<sub>4</sub><sup>2-</sup> 100–200  
Хлориды Cl<sup>-</sup> <50  
**КАТИОНЫ (мг/дм³)**  
Кальций Ca<sup>2+</sup> 200–350  
Магний Mg<sup>2+</sup> <100  
Натрий + Калий (Na+K) <50

**ПОКАЗАНИЯ К ЛЕЧЕБНОМУ ПРИМЕНЕНИЮ:**  
Используется для профилактики и лечения хронического гастрита с нормальной и повышенной секреторной функцией желудка, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, нервного истощения, хронической задержки мочеиспускания и желчевыводящих путей, хронической панкреатита средней и тяжелой степени в фазе ремиссии, фоновой сахарной болезни (сахарный диабет, ожирение, подагра, оксалатурия, фосфатурия), хронической задержки мочеиспускания в фазе ремиссии.

Допускается естественный осадок минеральных солей.

Срок годности 1 год при температуре от +8 до +25°С.

sobralio.net

**СЛАВЯНОВСКАЯ ВОДА**  
НАТУРАЛЬНАЯ ГАЗИРОВАННАЯ МИНЕРАЛЬНАЯ ВОДА ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВАЯ

1.5л

МИНЕРАЛЬНАЯ ПИТЬЕВАЯ ЛЕЧЕБНО-СТОЛОВАЯ ГАЗИРОВАННАЯ ВОДА

**Себряковская**

1,5л

Изготовлена ООО «Производство Себряковинводы» Россия, 403342, Волгоградская область, г. Михайловка, ул. Крановая 2  
Тел.: (8-84463) 4-51-07, тел. факс: (8-84463) 4-51-06, 3-37-55, e-mail: minvoda@reg.avt.ru  
ТУ 9185-001-48047896-02

Срок годности 12 месяцев со дня розлива. Хранить при температуре от 5 до 20°С в сухом темном месте.

Рекомендована РНЦ ВМБ им. М.В. Ломоносова при хроническом гастрите с нормальной, повышенной и пониженной секреторной функцией желудка и повышенной вязкостью желудочного сока; хроническом колите и энтероколите; хроническом запорном синдроме и желчевыводящих путей; хроническом панкреатите; болезнях обмена веществ (сахарный диабет, ожирение, подагра, оксалатурия, фосфатурия); хронической задержке мочеиспускания в фазе ремиссии; хроническом задержке мочеиспускания в фазе ремиссии.

Может применяться для курсового лечения при мочекаменной болезни, при фоновом сахарном диабете, ожирении, подагре, оксалатурии, фосфатурии.

# 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/дм<sup>3</sup>);
- общая минерализация (г/дм<sup>3</sup>);
- аналоги (гр/дм<sup>3</sup>) (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



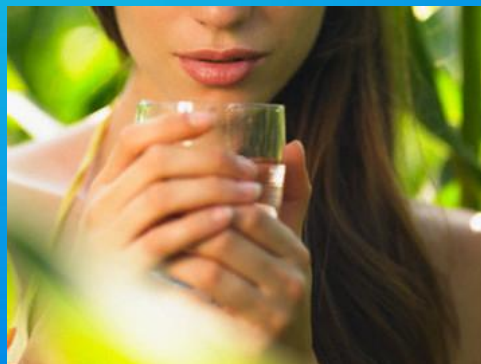
- Вода на вкус солёная с горьковатым привкусом, температура в независимости от сезона 10,6 градусов . Известно две скважины , водоносный слой которых находится на глубине от 20 до 90 метров. Так же разработана скважины №1и 2 «Горная поляна» Известны минеральные источники в Котовском и Жирновском районах – 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 <sup>3</sup> , мг/дм <sup>3</sup> )	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?

