Государственное учреждение «Лиозненский районный центр гигиены и эпидемиологии»

**«Вода с нитратами – полезно или нет?»**

Испокон веков колодезная и родниковая вода в народе считалась не просто чистой, но зачастую ещё и целебной. Поэтому осознать тот факт, что вода из источника, которым пользовались ещё прадеды, теперь может причинить вред, людям бывает очень сложно. А причина современной опасности таится в ***нитратах***, которые попадают в грунтовые воды в результате человеческой жизнедеятельности.

***Нитраты*** имеют свойства накапливаться в организме человека. В течение первых суток с мочой покидает до 70% полученной дозы нитратов, часть нитратов выделяется со слюной, другая часть попадает в молоко матери и передаётся ребёнку. В больших концентрациях нитраты становятся смертельно опасными, вызывая заболевания, такие как *метгемоглобинемия* *(цианоз в области губ, носогубного треугольника, мочек ушей, ногтевого ложа, возможно возникновение судорог, а далее смерть), изменение функций центральной нервной системы, дыхательной и сердечной деятельности, нарушения в работе желудочно-кишечного тракта, выделительной и эндокринной системы и другие.*

Если ребёнку готовят пищу на воде с повышенным содержанием нитратов, то в организме эти вещества, соединяясь с ферментами пищеварительной системы, превращаются в нитраты, которые в свою очередь, поступают в кровь и блокируют гемоглобин путём образования метгемоглобина, не способного переносить кислород, в результате организм прекращает получать кислород, и ребенок погибает, пройдя несколько стадий: синюшность кожных покровов и слизистых оболочек, одышка, учащённого сердцебиения, потеря сознания, судороги, смерть. Причём концентрация нитратов, смертельная для младенцев, может быть относительно безопасной для взрослого человека, но повышают риск возникновения рада и другие заболеваний у взрослого человека.

Нитраты берутся в колодцах по нескольким причинам: минеральные удобрения, особенно аммонийные, используемые на полях и смываемые дождевыми и талыми водами в колодцы. Другой источник – помещения для содержания скота, а так же складирование навоза и других отходов, выгребные ямы, туалетов, особенно если ямы не имеют гидроизоляции, то есть все нечистоты (при разложении образующие нитраты) напрямую идут в почву, оттуда попадают в грунтовые воды и соответственно, в колодцы.

***В связи с вышеперечисленным, советуем использовать при приготовлении искусственных смесей для питания новорождённых, находящихся на искусственном вскармливании, в питьевых целях, а так же при приготовлении домашних блюд использовать воду из централизованных источников питьевого водоснабжения или бутилированную.***

Для исследования воды из шахтных колодцев на содержание показателя «нитраты» рекомендуем обратится в лабораторный отдел ГУ «Витебский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья» по адресу: г. Витебск, ул. Жесткова, 25.