

## Proč nekupovat balené vody? Zbytečnost?

Vložil Pavel Dostál - 17/02/2008 12:59

---

Pokud si nekoupíte přímo vodu pro kojence, tak si zjednodušeně řečeno donesete většinou vodu, která je srovnatelná kvalitativně s vodou z vodovodu, případně kterou jste schopni dosáhnout jednoduchými vlastními úpravami vody za velmi malou až desetinásobně menší cenu než cenu, kterou zaplatíte za balenou vodu.

Rady spotřebitelům balených vod

<http://www.szu.cz/chzp/voda/pdf/balvod.pdf>

Přehled balených vod vyráběných v ČR

<http://www.szu.cz/chzp/voda/pdf/bvseznam.pdf>

Složení balených vod

[http://www.szu.cz/chzp/voda/pdf/bv\\_sloz.pdf](http://www.szu.cz/chzp/voda/pdf/bv_sloz.pdf)

Doporučené hodnoty:

citují:

Z hlediska dlouhodobého příjmu jsou Národním referenčním centrem pro pitnou vodu Státního zdravotního ústavu (SZÚ) doporučeny optimální hodnoty některých hlavních minerálních látek ve vodě takto:

Ukazatel

Optimální obsah

RL – rozpuštěné látky (ukazatel celkového obsahu minerálních látek)

150 až 400 mg/l

Ca<sup>++</sup> – vápník

40 až 70 (minimálně 30) mg/l

Mg<sup>++</sup> – hořčík

20 až 30 (minimálně 10) mg/l

Na<sup>+</sup> – sodík

5 až 25 mg/l

K<sup>+</sup> – draslík

1 až 5 mg/l

Cl<sup>-</sup> – chloridy (□)

méně než 50 mg/l

SO<sub>4</sub><sup>-</sup> – sírany (□)

méně než 50 mg/l

HCO<sub>3</sub><sup>-</sup> – hydrogenuhličitaný (□□)

100 až 300 mg/l

F<sup>-</sup> – fluoridy

0,1 až 0,3 mg/l

NO<sub>3</sub><sup>-</sup> – dusičnany

méně než 10 mg/l

Poznámky: (□) Dostupné údaje neumožňují zatím pro chloridy a sírany definovat jejich optimální obsah. Jejich určitá minimální koncentrace je žádoucí z chuťových důvodů, jejich horní hranice je odhadnuta vzhledem k optimu všech rozpuštěných látek. (□□) Dolní hranice hydrogenuhličitanů je stanovena na základě senzorických vlastností vody, nikoliv na základě zdravotního účinku.

Uvedené hodnoty byly odvozeny z různých epidemiologických a experimentálních studií. Čím více se voda odchylovala od uvedeného složení, tím vyšší byl v zásobovaných populacích výskyt sledovaných chorob.

více v článku.

=====