



Vai Tu dzer krāna ūdeni ikdienā?

Vai Tu dzertu ūdeni
no krāna ja zinātu, ka
tas ir drošs, dzidrs,
atsvaidzinošs un
piemērots dzeršanai?



Ū vitamīns sniedz atbildes uz iedzīvotāju visbiežāk uzdotajiem jautājumiem par dzeramo ūdeni no krāna. Uzzini atbildes un izvēlies!

1. No kurienes es saņemu dzeramo ūdeni savā mājā vai dzīvoklī, un vai tas ir piemērots dzeršanai?

Centralizētajā ūdensapgādes sistēmā dzeramo ūdeni visā Latvijā piegādā no diviem iespējamiem resursiem: Rīgā – no Daugavas un pazemes avotiem, pārējā Latvijas teritorijā tikai no pazemes avotiem. Vēl, iespējams, ka dzeramā ūdens iegūšanai iedzīvotāji izmanto savus ūdensapgādes avotus – akas, spices vai dziļurbumus. Savu ūdensapgādes avotu dzeramā ūdens kvalitātei jāseko līdz katram pašam, bet centralizētajā ūdensapgādes sistēmā dzeramais ūdens tiek kontrolēts regulāri un tas atbilst visiem valstī noteiktajiem standartiem un ir drošs un piemērots dzeršanai.

2. Kā varu zināt, ka ūdens, ko dzeru un lietoju pārtikā ir tīrs?

Pirmkārt, atceries, ka tīrs ūdens, nenožīmē, ka tas ir pilnībā sterils. Ja ūdens ir pilnībā attīrīts un nesatur tajā šķīdušos sāļus, tad šādu ūdeni sauc par destilētu ūdeni. Šādi attīrīta ūdens lietošana ikdienas uzturā var apdraudēt cilvēka veselību, jo destilēts ūdens izskalo organismā esošos sāļus. Ūdens, ko būtu ieteicams lietot uzturā, un ko nodrošina centralizētās ūdensapgādes sistēmas, satur dažādus mikroelementus un makroelementus, piemēram, Mg, Ca, K, Na, kas labvēlīgi ietekmē cilvēka organismu. Ja ūdens no centralizētās ūdensapgādes sistēmas tavā mājoklī ir dzidrs, ar patīkamu atsvaidzinošu garšu, bez specifiskas krāsas un smaržas, tad vari būt pārliecināts, ka ūdens ir tīrs, drošs un piemērots dzeršanai.



3. Ko es iegūstu dzerot ūdeni no krāna?

Pirmkārt, veldzi – cilvēka organismam dienā nepieciešams aptuveni 2L ūdens. Otrkārt – finansiālu ieguvumu – izvēloties ūdeni pirkt pudelēs, gada laikā viens cilvēks tērē aptuveni 400 EUR, samaksājot aptuveni 1 EUR par 1 litru dzeramo ūdeni "iepakojumā", bet lietojot krāna ūdeni par šo pašu summu iegūstat 1000 litrus tīru un drošu dzeramo ūdeni. Treškārt – Tu esi draudzīgs dabai, nelietojot fasētu dzeramo ūdeni samazinās plastmasas atkritumu daudzums līdz pat 50 kg gadā no viena cilvēka!

4. Kur un kā var pārbaudīt ūdens kvalitāti? Bet ja nu tomēr pastāv risks dzerot krāna ūdeni saslimt ar kādu ļaunu baktēriju, kas nejauši tajā iekļuvusi?

Ūdens kvalitāti var pārbaudīt vairākās laboratorijās Latvijā, piemēram pārtikas un vides izmeklējumu laboratorijā, institūtā BIOR, Rīgā, vai jebkurā akreditētā laboratorijā, kas veic ūdens sastāva analīzes., kā arī, protams, savā ūdensapgādes uzņēmumā. Pārbaudes cena var sasniegt pat 30 EUR, taču, ja šī pārbaude Tev dod pārliecību par labu ūdens kvalitāti, tad šis ieguldījums atmaksāsies jau teju pēc mēneša.

Centralizētās ūdensapgādes sistēmās ūdensapgādes uzņēmums ūdens kvalitātes monitoringu veic regulāri. Ja esi decentralizētas ūdensapgādes īpašnieks, tad šādas analīzes būtu jāveic pašam vismaz reizi gadā.

Jāpiebilst, ka risks saslimt no kādas "ļaunas" baktērijas pastāv jebkurā sadzīviskā situācijā. Piemēram, sadzīviskā saskarsmē sabiedriskās vietās, neregulāri mazgājot rokas vai apēdot nemazgātu veikalā vai tirgū iegādātu augli.

5. Kāds ir krāna ūdens pH līmenis?

Ūdens pH līmenis visā valstī centralizētajās ūdens apgādes sistēmās var atšķirties, bet tas ir atbilstošs dzeramā ūdens kvalitātes un nekaitīguma prasībām un visā Latvijā ir robežās no 6,5 – 9,5. Ūdens ar šādu pH nerada kaitējumu cilvēka organismam un ir atbilstošs lietošanai uzturā. pH norāda uz skābju un bāzu līdzsvaru– pH zem 7 nozīmē, ka vide vairāk ir skāba, virs 7, ka sārmaina.



6. Cik bieži tiek veiktas centralizētās ūdensapgādes dzeramā ūdens kvalitātes pārbaudes? Kādas ir vielas, kas tiek pārbaudītas?

Centralizētās ūdensapgādes sistēmās dzeramā ūdens kvalitātes pārbaudes tiek veiktas regulāri, kvalitātes kontroli veic ūdensapgādes uzņēmums dažādos ūdensapgādes sistēmas posmos, saskaņā ar Ministru kabineta noteikumiem Nr.671 "Dzeramā ūdens obligātās nekaitīguma un kvalitātes prasības, monitoringa un kontrolēs kārtība". Papildus neatkarīgu uzraudzību veic arī Veselības inspekcija. Pārbaudīti tiek mikrobioloģiskie rādītāji, tādi kā *Escherichia coli*, koliformu skaits u.c., kā arī ķīmiskās vielas, piemēram, Fe, Mn, SO⁴ u.c.

7. Kāpēc dzīvokļa, mājas filtrs ātri kļūst netīrs, brūns, melns?

Filtra netīrība var būt saistīta ar ēkas iekšējo ūdensapgādes cauruļvadu tehnisko stāvokli, ja cauruļvadi netiek pareizi lietoti un apkopti, kā arī pēc centralizētās ūdensapgādes sistēmas apkopes un remontdarbiem. Ja ir plānoti centralizētās ūdensapgādes sistēmas remontdarbi, tad iedzīvotājiem par to tiek paziņots un pēc remontdarbiem, atjaunojoties ūdens padevei, ūdens ir jānotecina, jo tas kas sakrājies (smiltis, rūsa u.c. mehāniski piemaisījumi) ir jāizskalo, taču liela daļa šo vielu, protams, nokļūst filtrā un to nokrāso.

8. Vai dzeramajam ūdenim var būt kāda specifiska smarža vai garša, piemēram, hlora?

Dzeramajam ūdenim nevajadzētu būt nekādai specifiskai smaržai vai garšai. Pateicoties tam, ka ūdens gandrīz visā Latvijas teritorijā tiek iegūts no pazemes avotu resursiem, hlorēšana nav nepieciešama un netiek izmantota. Tikai vienā no ūdensapgādes sistēmām, kas atrodas Rīgā, dzeramajam ūdenim ir nepieciešams veikt hlorēšanu, taču tā koncentrācija nepārsniedz 0,2 mg/l, tādēļ cilvēkam, tik minimāls hlora daudzums nav ne sasmaržojams, ne sagaršojams.

Ja tomēr sajūtat specifiskas smakas klātbūtni, ziņojiet mājas apsaimniekotājam, jo šāda situācija nav norma un tā ir jānovērš! Ja nesaņemāt atsaucību no apsaimniekotāja, sazinieties ar vietējo ūdens piegādātāju.



9. Kad un vai vajag lietot ūdens filtrus, ja jā, tad kādus filtrus kādos gadījumos?

Centralizētās ūdensapgādes sistēmas klientiem faktiski nav nepieciešamība papildus uzstādīt filtrus, taču ja ūdensapgādes caurules mājā ir senas un nepietiekami apkoptas, tad pastāv lielāka iespēja, ka ūdenī varētu būt vairāk mehānisko piemaisījumu, kas rada, piemēram, "dzelžaināku" garšu vai ne tik dzidru krāsu. Tas gan veselībai draudus nerada, bet mehānisko piemaisījumu aizturēšanai varat izmantot vienkāršus mehāniskos filtrus.

Tomēr, ja problēma ar ūdens dzidrību ir ilglaicīga un regulāri novērojama, tad nepieciešams kontaktēties ar ūdensapgādes uzņēmumu vai nama apsaimniekotāju (ja tāds ir), lai sistēmas darbību uzlabotu.

10. Vai fasētais ūdens pudelēs nav drošāks par krāna ūdeni?

Nav garantijas tam, ka "pudeļu ūdens" būs drošāks par ūdeni no krāna, jo nereti ūdens "ražotāji" produkta saturu iepilda tieši no centralizētās ūdensapgādes sistēmas. Nevienš likums to neaizliedz, jo visiem ūdens piegādātājiem ir saistošas vienas un tās pašas ūdens kvalitātes un nekaitīguma prasības.

11. Legionellas baktērijas vairojas santehnikā? Kāds risks ir ar to saslimt, ja dzeru ūdeni no ūdens krāna, varbūt drošāk lietot fasēto ūdeni no pudeles?

Ar legionellozi nav iespējams saslimt, dzerot ūdeni no krāna! Jā, baktērijas var nonākt santehnikā tur dzīvot un vairoties, taču apdraudējums var rasties tikai tad, ja tā nonāk cilvēka plaušās, nevis kuņģī. Tas var notikt pie noteiktas temperatūras, virs +40 grādiem, ūdenim iztvaikojot. Tātad risks saslimt ir, ieelpojot baktērijas, lietojot dušu, gaisa ventilācijas un kondicionēšanas sistēmas, nevis dzerot ūdeni. No drošības viedokļa nav nekādas nozīmes vai dzerat ūdeni no pudeles vai krāna!

! Taču, lai samazinātu risku "saķert" bīstamo baktēriju ejot, piemēram, vannā, regulāri pirms lietošanas vismaz 2 minūtes noteciniet ūdeni maksimāli augstā temperatūrā!

12. Vai ūdens no avota nav labāks kā no krāna?

Atšķirībā no avota ūdens, centralizētais ūdens tiek pastāvīgi uzraudzīts. Nereti mēs izvēlamies dzert ūdeni no avota, jo tam, piemēram, ir labi minerāļu rādītāji, tā garša ir ļoti patīkama un mūsos ir pārliecība, ka avota ūdens ir tīrs. Un ļoti iespējams, ka lielākoties tā arī ir, jo papildus labajiem rādītājiem ūdens ir nepārtrauktā kustībā, kas neļauj vairoties baktērijām. Taču avota ūdenim arī ir savi apdraudējumi, kas iespējami no tuvumā esošajām dzīvojamām mājām ar, piemēram, vietēju kanalizācijas sistēmu, kā arī gruntsūdeņu un lauksaimniecības piesārņojums u.c.

! Taču no avota varam ko labu mācīties ieviest savā mājā. Tā ir tecināšana – , ja kādu ilgāku laiku neesi bijis mājās un lietojis ūdeni, patecini to, lai ūdens, kas ēkas pievadu caurulēs nedaudz sastāvējies, aizskalojas.

Ja ir vēl kāds neatbildēts, Tevi interesējošs jautājums par dzeramo ūdeni no krāna, droši raksti mums, piemēram, Latvijas Ūdensapgādes un kanalizācijas uzņēmumu asociācijas (Latvian water and wastewater works association) facebook lapā, vai mājas lapas kontaktu sadaļā: lwwwa.lv

Ja esi saņēmis atbildes uz Tevi interesējošiem jautājumiem un izvēlies lietot krāna ūdeni dzeršanai, kļūsti par Dzeramā Ūdens Vēstnesi un dalies ar savu labo piemēru sociālajās vietnēs arī ar citiem, liekot tēmturus

#VideiDraudzīgi

#UzpildiPudeli

#DzeramŪdeniNoKrāna

