

## **Οι επιστήμονες εξηγούν γιατί υπάρχει σοβαρός κίνδυνος υγείας από τη χρήση ζεστού νερού βρύσης**

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



**Σίγουρα κάποιος γνωστός ή φίλος θα σας έχει προτρέψει να μην χρησιμοποιείτε ζεστό νερό από τη βρύση τους σπιτιού σας είτε για μαγείρεμα είτε για πόση.**

Πριν σπεύσετε όμως να θεωρήσετε ότι η προτροπή αυτή βασίζεται σε ακόμη ένα μύθο υγείας, δείτε παρακάτω τι υποστηρίζουν οι επιστήμονες, αλλά και η Υπηρεσία Περιβαλλοντικής Προστασίας (EPA) των ΗΠΑ, αναφορικά τους πολύ σοβαρούς κινδύνους που κρύβει αυτή η συνήθεια για την υγεία μας.

Σύμφωνα με τους ειδικούς, το ζεστό νερό διαλύει τις μολυσματικές ουσίες πιο γρήγορα απ' ό τι το κρύο νερό και το γεγονός ότι υπάρχουν ακόμη σπίτια με σωληνώσεις από μόλυβδο - ο οποίος μπορεί να διαρρεύσει στο νερό- δημιουργεί έναν ολέθριο συνδυασμό για την υγεία μας.

Ακόμη, όμως και σε νεότερες κατασκευές, μπορεί να υπάρχουν σωληνώσεις με περιεκτικότητα σε μόλυβδο έως 8%.

Φυσικά, ο μόλυβδος σπανίως ανευρίσκεται στις πηγές του νερού, αλλά μπορεί να εισβάλλει στο πόσιμο νερό μέσω των διαβρωμένων υδραυλικών εγκαταστάσεων.

Οι γιατροί προειδοποιούν ότι εάν καταναλωθεί, ενδέχεται να προκαλέσει βλάβες στον εγκέφαλο και το νευρικό σύστημα, ιδίως στα μικρά παιδιά.

Είναι χαρακτηριστικό πως σε μελέτη που δημοσιεύθηκε το 2002 στην «Επιθεώρηση Περιβαλλοντικής Υγείας» έδειξε πως το πόσιμο νερό βρύσης αντιπροσωπεύει το 14% έως 20% της συνολικής εκθέσεώς μας σε μόλυβδο.

### **Τι θα πρέπει να κάνουμε**

Προκειμένου να περιορίσουμε τον κίνδυνο να καταναλώσουμε μόλυβδο στο ελάχιστο, η EPA συνιστά να χρησιμοποιούμε αυστηρά κρύο νερό για την παρασκευή του φαγητού ή του παιδικού γάλακτος και βεβαίως να πίνουμε μόνο κρύο νερό από τη βρύση.

Τέλος, θα πρέπει να γνωρίζετε ότι το βράσιμο του νερού δεν αφαιρεί τον μόλυβδο, αλλά αντιθέτως μπορεί να αυξήσει τη συγκέντρωσή του.

**Πηγή:** [defencenet.gr](http://defencenet.gr)