

НІТРАТИ У ПИТНІЙ ВОДІ

ПРИХОВАНИЙ РИЗИК ДЛЯ ДІТЕЙ



Ситуація: Вода з колодязів і приватних свердловин може містити нітрати навіть тоді, коли вона прозора, без запаху та стороннього присмаку. Визначити їх за зовнішнім виглядом неможливо – безпечність води підтверджується лише лабораторним дослідженням.

Чому це небезпечно? Нітрати можуть зменшувати здатність крові переносити кисень. Найбільший **ризик вони становлять для немовлят** віком до 6 місяців. Важливо пам'ятати: **кип'ятіння не видаляє нітрати**, а може збільшити їх концентрацію через випаровування води.

Що робити:

КРОК 1. ВИКОРИСТОВУЙТЕ БЕЗПЕЧНУ ВОДУ ДЛЯ ДИТЯЧОГО ХАРЧУВАННЯ

Для приготування **дитячих сумішей**, пиття та приготування їжі дітям раннього віку **не використовуйте воду з колодязів** або свердловин, якщо її безпечність не підтверджена лабораторно. Надавайте **перевагу бутельованій питній воді** або воді, якість якої підтверджена лабораторними дослідженнями.

КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ ЯКІСТЬ ВОДИ

Якщо ви користуєтеся індивідуальним джерелом водопостачання, **періодично досліджуйте воду на вміст нітратів** у лабораторії, особливо якщо в домогосподарстві є або очікується народження дитини.

КРОК 3. ЗА ПЕРШИХ СИМПТОМІВ ЗВЕРТАЙТЕСЯ ЗА МЕДИЧНОЮ ДОПОМОГОЮ

Негайно **телефонуйте 103**, якщо після вживання води **у немовляти з'явилися** синюшність губ, шкіри або нігтів, утруднене дихання, виражена млявість чи слабкість. Обов'язково повідомте медичним працівникам, що дитина вживала воду з колодязя або свердловини.

НЕ РОБІТЬ:

- ❌ Не оцінюйте безпечність води за її **прозорістю, запахом або смаком**.
- ❌ Не використовуйте **кип'ятіння** як спосіб видалення нітратів.
- ❌ Не покладайтесь на побутові **фільтри-геліки або відстоювання води**.
- ❌ Не використовуйте воду з **неперевіраних джерел** для дитячого харчування.



Чому це важливо? Нітрати є одним із найпоширеніших хімічних забруднювачів підземних вод. Виявити їх за кольором, запахом чи смаком неможливо. **Захистити здоров'я можна лише використовуючи воду, безпечність якої підтверджена лабораторно**, або безпечні альтернативні джерела питної води.

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ: Нітрати не змінюють зовнішній вигляд, запах та смак води й не видаляються кип'ятінням. Якщо безпечність води з колодязя або свердловини не підтверджена лабораторно, не використовуйте її для пиття, приготування їжі та дитячого харчування.

