

ВОДА ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Курченко Я.Г.

Науковий керівник – к.т.н., доц. Д'яконов В.І.
Харківський національний технічний університет сільського
господарства імені Петра Василенка
(61050, Харків, пр.Московський, 45,каф. «Безпека життєдіяльності»,
Тел.(057)732-86-63, E-mail: kafedra.bzh@mail.ru)

Розглядаючи питання про лісистість Харківщини, необхідно пов'язувати його з екологічним та здоровим станом людей.

В теперішніх умовах, здоров'я людини залежить в основному від якості води на 80% та чистих екологічно збалансованих продуктів харчування. Із вуглеводів до цих продуктів відноситься мед, утворений із нектару зібраного із природних фітоценозів лісо покритих площ, сінокосів, пасовиськ і заплав річок та водоймищ.

Створення лісових насаджень на еродованих площах Слобожанщини буде сприяти зменшенню забруднення води відкритих водоймищ, збільшенню заготівлі якісної медо- і фітолікарської продукції.

Вода має надзвичайно важливе значення для організму людини. Вона поставляє в клітини організму живильні речовини і виводить відходи життєдіяльності, виступає основним середовищем, в якому відбуваються важливі біохімічні реакції. Вона бере участь у процесі терморегуляції та дихання.

Для нормальної роботи усіх систем людини щодоби потрібно від 1,5 до 3 л води, у жарких кліматичних умовах – 3-3,5, у разі роботи на відкритому повітрі в умовах підвищеної вологості за температури повітря 39-40° С – 6-6,5 л на добу. За усе своє життя людина споживає в середньому 50-60 т води.

Введення бджолиного меду та якісної води до раціону протягом тривалого часу сприяє відновленню порушеного вуглеводного обміну, зниження споживання білків і жирів, допомагає в боротьбі із захворюваннями, зміцнює імунітет.