

NYHETER

TIPS

4

RENT VANN
MINSKER SYKE-
FRAVÆRETSparte kroner
i hver dråpe

H₂O er mer enn en kjemisk forbindelse mellom hydrogen og oksygen. Det er en forutsetning for alt liv. Her er fem gode grunner til å drikke friskt vann på arbeidsplassen.

1 FÆRRE SMÅPLAGER
For lite væske kan føre til konsentrasjonsvansker, svimmelhet, kvalme, vondt i hodet og tørre øyne.

2 STERKERE FORSVAR
For lite vann i kroppen øker faren for tørre og såre slimhinner, noe som gjør kroppen mer utsatt for bakterie- og virusangrep.

4 VANN FREMFOR SUKKER
Sukkerholdig drikk øker risikoen for overvekt, tannrøte og syreskade på tenner. Vann har motsatt effekt og gir mer energi.

3 HØYERE YEEVNE
Allerede ved et væsketap på 2 prosent, vil den fysiske yteevnen reduseres. Drikk mellom 1,5 - 2 liter på en vanlig dag.

5 VANN FOREBYGGER
Riktige mengder vann av god kvalitet forebygger sykdom, som f.eks. prostata, nyresten og urinveisinfeksjoner.
FOTO: PUREBUDGET

Unngå sykefravær med riktig pH på tanken

Spørsmål: Er drikkevannet vårt bra nok?

Svar: Folkehelseinstituttet mener at 1,5 millioner nordmenn drikker vann som kan inneholde skadelige parasitter.

Ifølge WHO (Verdens helseorganisasjon) er "inflammasjon" en fellesnevner for alt sykefravær som ikke skyldes psykisk helse eller skulk.

Dr. Robert O. Young mener antallet inflammasjoner øker når kroppscellene virker i et miljø som ikke er optimalt. De viktigste faktorene i cellenes miljø er oksygen-

balanse, væskebalanse og pH (surhet). Den eksterne faktoren som i størst grad påvirker cellenes miljø, er drikkevannet.

- Om du er sur i kroppen, trenger du å iverksette tiltak for å korrigere pH-balansen. Ellers risikerer du å gå gjennom de syv stegene av acidoze (syreforgiftning). Dette starter med energimangel og økning av inflammasjoner, og kan utvikle seg videre til sykdom, sier Young.

Fyll tanken med ren energi

I Norge er de fleste kilder for springvann og kjøpevann sure; dermed forsures kroppen vår hver

FAKTA

Inflammasjon,
betennelse.

Utvikling av inflammasjon er normalt en viktig beskyttelsesprosess for kroppen mot fysisk og kjemisk skade og mot infeksjoner.

Symptomer: Hevelse, ømhet, rødme og varmøkning i det aktuelle området.

KILDE: STORE NORSKE LEKSIKON

gang vi tar en slurk. Det øker faren for inflammasjoner som igjen kan føre til sykdom, øket sykefravær og

påfølgende kostander.

Styreformann Kennet Nilsen i KTV Industri har investert i vannbehandlere på arbeidsplassen. Disse gir rent vann med riktig pH. I tillegg gir de vannet en antioksidanteffekt.

- Vi er faktisk ett av få selskap i Norge som i dag kan skilte med null sykefravær. Dette oppnådde vi etter blant annet å ha investert i helsefremmende tiltak som vannbehandlere på våre kontorer, sier Nilsen.

SILE RØNNE

redaksjonen@mediaplanet.com



FAKTA OM VANN

Still krav til drikkevann

➔ Ifølge Vannportalen.no er drikkevann alle former for vann som er bestemt til drikke, matlaging eller andre husholdningsformål som rengjøring og dusjing, uavhengig av om det leveres gjennom et ledningsnett, på flasker eller i tanker. Alt vann som inngår i husholdningen, skal holde en kvalitet som kan benyttes til drikke.

Slik forurenset vannet

➔ Godt drikke- og badevann er en forutsetning for god helse. Vann som har forringet kvalitet, kan gi sykdom. Det kan skje ved at kildene er forurenset, at vannet tilføres forurensning under transporten eller at det produseres helsebetenkelige mikrober før vannet når frem til forbruksstedet.

Rens drikkevannet

➔ Råvannet må gjennom en vannbehandling for å oppnå tilfredsstillende fysisk, kjemisk og biologisk kvalitet. Det finnes flere ulike vannbehandlingsmetoder som kan tas i bruk, og disse velges ut fra vannkildens karakter, råvannets kvalitet, anleggets størrelse, driftsforhold og økonomi.

Forurenset vann gir sykdom og fravær

➔ I 2007 presenterte Folkehelseinstituttet og Norsk Institutt for Vannforskning tall som viste at dårlig vannkvalitet gir mellom 100 000 og 300 000 sykedager i året. Folkehelseinstituttet mener at cirka 1,5 millioner nordmenn drikker vann som kan inneholde skadelige og sykdomsbærende parasitter.

Vannbehandler

- Renser vannet optimalt
- Justerer PH-verdien (surheten)
- Øker oksygenivået (OH-)
- Gir antioksidant virkning (ORP)
- Bedrer vannopptaket i cellene
- Gir vannet nydelig smak

Komplett vannbehandlingssystem
for helsebringende drikkevann!

Det er modeller i flere prisklasser, både diskmodell og fastmontert. Selv toppmodellen Delphi er en investering som er tjent inn igjen etter bare 9 dagers unngått sykefravær. (Med lønn ihht landsgjennomsnittet.) Driftskostnad på alle modellene er bare 23 øre per liter i filterkostnad, og vannbehandlerne har meget god holdbarhet. Delphi er godkjent av Sintef for fast montering og leveres med elektronisk lekkasjestopper.

Les om de helsebringende effektene av vannbehandler-teknologien i vår nettbutikk på www.helsepakken.no.

Kontakt oss gjerne på 85 40 16 16 eller på post@helsepakken.no for mer informasjon.