

Жёсткая вода содержит такие минералы, как кальций, магний, железо и марганец. В мягкой воде они тоже есть, но в более низких концентрациях. Количество этих веществ зависит от региона, от того, откуда поступает вода, как она обрабатывается.

Известно, что слишком жёсткая или слишком мягкая вода может повредить трубы, привести к проблемам со здоровьем. Минералы могут накапливаться в трубах, что способствует их засорению. Кроме того, жёсткость воды создаёт больше отложений при высоких температурах. Поэтому водонагреватели склонны накапливать минералы.

При этом жёсткая вода может принести и пользу. Например, минералы в ней могут защитить вас от проглатывания токсинов, которые находятся в трубах. Вода без каких-либо минералов способна вызвать коррозию труб.

Жёсткая вода с большей вероятностью сделает вашу кожу сухой. Минералы, содержащиеся в этой воде, удаляют влагу с кожи и создают отложения, которые закупоривают поры.

Кроме того, жёсткая вода может лишить волосы влаги, сделать их сухими и грубыми. Это приведёт к их спутыванию, ломкости. Минеральные отложения также могут накапливаться на волосах и коже головы, закупоривая волосяные фолликулы и приводя к появлению перхоти и замедлению роста волос.

Вместе с тем употребление жёсткой воды полезно для здоровья. К примеру, кальций в ней поможет решить проблемы с пищеварением. Учёные выявили также положительную связь между жёсткостью питьевой воды и здоровьем костей. Кроме того, оказалось, что употребление жёсткой воды связано со снижением смертности от сердечно-сосудистых заболеваний.

Материалы новостного характера нельзя приравнивать к назначению врача. Перед принятием решения посоветуйтесь со специалистом.