

# 《饮水与健康》

## 图书基本信息

书名：《饮水与健康》

13位ISBN编号：9787112111381

10位ISBN编号：7112111382

出版时间：2009-11

出版社：中国建筑工业出版社

页数：44

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《饮水与健康》

## 前言

社会的安定、和谐、生活水平的持续提高，人们对身体日益关注，期望健康长寿。因此在调整饮食搭配和结构的同时，也特别注重饮水问题。水，人人都要喝，每天都要喝，是人体的重要组成部分，是不可少的营养物。饮用什么样的水有利于健康，这是人们极为关注的问题。由于部分供水水源受到不同程度的污染，人们担忧自来水的的水质安全。因此20世纪90年代社会上出现了太空水、宇宙水、纯净水（即纯水）、蒸馏水、天然矿泉水、人工矿化水、饮用净水等名目繁多、五花八门的桶装水、瓶装水以及净水屋（站）、居住小区分质供水等。而且都说是好水、合格的水、有益于健康的水、可直接饮用的水。各说各有理，使广大老百姓弄不清究竟饮用哪种水为好。社会上自然引起了不同看法和争议，许久难以得到平息。

# 《饮水与健康》

## 内容概要

《饮水与健康》客观、详实地阐述了该问题的由来；水对人体的重要性和需水量；衡量健康水的标准；地面水与地下水所含有益物质及数量的区别；市场上供应的水哪些是属于健康的水；我国提高生活饮用水水质标准的条件和过程；水质指标中浊度和CODMn值的重要性；对氯消毒产生副产物的认识；温泉沐浴及其对皮肤的吸收等问题。这是一本与人体健康密切相关、用数据说话、讲道理、通俗易懂、易接受的科普性读物。

# 《饮水与健康》

## 书籍目录

“饮水与健康”的由来 饮水是健康长寿的需要 对水源被污染的不安 对自来水的担忧 微生物的健康风险 20世纪90年代出现的各种直饮水水对人体的重要性和需水量 水对人体的重要性 人体每日的需水量 健康水的标准 水的硬度 水中总溶解性固体（TDS） 水的pH值 水中的钠和二氧化硅 地下水与地面水 地下水不易受污染 地下水总溶解性固体（TDS）高于地面水 地下水中的硬度 净水与纯水 纯水 蒸馏水 天然矿泉水 人工矿化水 饮用净水 纯水与净水 生活饮用水卫生标准 生活饮用水水质标准的发展 《饮用净水水质标准》（CJ94-1999） 《生活饮用水卫生规范》 《城市供水水质标准》（CJ/T206-2005） 《生活饮用水卫生标准》（GB5749-2006） 浊度和CODMn值的重要性 浊度 CODMn值 氯杀菌消毒的副产物 天然水中的有机物 氯消毒副产物 氯消毒副产物在管网中的变化 氯消毒副产物的限值 氯消毒副产物的不可避免性 皮肤吸收及温泉沐浴 皮肤吸收与口腔吸入 温泉沐浴结论 主要参考文献

# 《饮水与健康》

## 章节摘录

插图：20世纪90年代出现的各种直饮水鉴于上述原因，20世纪90年代初起，社会上出现了太空水、宇宙水、纯净水、蒸馏水、净水、矿泉水、矿化水等名目繁多、五花八门的桶装水、瓶装水。新建居住小区出现了自来水与直饮水两套管网的分质供水。而且都开过由专家参加的鉴定会、评审会，都明确是好水、合格的水、有利于健康的水、可以直接饮用的水。那时广告“满天飞”，报导“日日见”，各有各的理，使广大百姓弄不清究竟喝哪种水为好、为妥、有利于健康。这种情况越来越引起水专业人员的重视和关注，各自纷纷研究并发表了意见和看法，引起了剧烈的争论。1997年夏季《给水排水》刊物委托同济大学等有关单位，在上海召开《饮用水与健康》专家研讨会（注：发表在《给水排水》刊物1997年第九期上），仍难以达到统一的认识。之后，多名专家、教授联名写信，建议停止争论，让时间与实践来进行检验。从此，报纸上不见报道了，广告也大幅度减少了。1999年建设部制定了《饮用净水水质标准》（CJ94 - 1999，共38项）。2001年3月中国建筑工业出版社出版了美国马丁·福克斯（MartinFox）著的《健康的水》小册子，受到同行与各界的认同，从而初步明确了饮用什么样的水有利于健康。

# 《饮水与健康》

## 编辑推荐

《饮水与健康》由中国建筑工业出版社出版。

# 《饮水与健康》

## 精彩短评

- 1、水是最好的药，健康饮水，让我们身体健康，血液健康，细胞健康。想健康的人请来了解好水与好水的作用。
- 2、很好的书，我们应该喝更健康的水以应对我们的环境污染

# 《饮水与健康》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)