

# VESI – kraanist või pu

**Eestimaalasi on vallanud veehullus. Veepudel on treeningisaalis lausa kohustuslik, ka soovitatakse dieedipidajatel juua liitrite kaupa vett. See kõik on tekitanud rida küsimusi, millele vastas perearst SVEN LINDSTRÖM.**

**Mis meie kraaniveel viga on, et seda juua ei sünni? Või sünnib?**

Tegelikult me ei teagi, kas kraanist tulev vesi on tervele kasulik või mitte, tuleb lihtsalt loota, et veetootjad ja neid kontrollivad ametnikud seda teavad. Väike kahtlus on, et veetootjaid eriti ei huvita vee kasulikkus tervele ja ametnike kohustus või võimalus vee kvaliteeti kontrollida on piiratud.

Ma ei usu, et meil on keelatud kontrollida dioksiinide, fenoolide või Ca ja Mg sisaldust joogiveses, kuid kuna

see on täiendav kulutus ning uuringu tegemiseks puudub korraldus, siis seda ei tehta. Koos dr Ingmar Lindströmiga uurisime 118 Tallinna elanikul magneesiumisaldust punastes verelibledes. Väga sageli oli tase mitte ainult madal, vaid alla normi. Magneesiumirikas joogivesi võiks olla täiendav profülaktiline vahend magneesiumi vähesusest tingitud võimalike terviseprobleemide ennetamisel. TÕ tervishoiu instituudi teadlase dr Astrid Saa-va arvates pole vesi peamine Ca ja Mg allikas, kuid sel-

lest saadav osa on ikkagi arvestatav, eriti magneesiumi puhul.

**Mis vahe on keetmata ja keedetud kraaniveel?**

Vee keetmise eesmärk on põhiliselt hävitada patoloogilisi mikroobe, mida aga ei tohiks kraaniveses olla. Veepetsialisti Erna Sepa arvates tapab keedetud vesi aeglaselt, kuna sellisel veel puudub struktuur ja ta on surnud vesi. Ning see vesi tapab siis mitte ainult mikroobe, vaid ka sellise vee tarvatajaid! Üsna ekstreemne seisukoht, aga midagi võiks siit kõrva taha panna.

**Mis toime on filterkannul?**

Filtrid peaksid midagi veest eemaldama, mida seal on palju ning mis pole tervi-

sele kasulik. See eeldab, et inimene teab, et tema kraanist tulevas joogiveses on näiteks liiga palju rauda ning et filtril on omadus seda eemaldada.

Joogivee pakkuja ehk siis see, kellelt me kauba – vee – ostame, peaks informeerima meid vee omadustest. Ilmselt on seda kraanivee tootjalt ebareaalne nõuda!

**Millist pudelivett eelistada?**

Tavalisel pudeliveel ei ole tervislikkuse seisukohalt eeliseid korraliku kraanivee ees, kuid kerge mull ja maitsestatus teevad pudelivee joomise meeldivamaks. Magustatud pudeliveed on pigem tervisele kahjulikud. Mineraalaineterikkad veed võivad olla tervele kasulikud, kuid alati peaks arves-

## AIRVITAMIN.EE

Tervisetehnika salong  
Kaupmehe 6,  
Tallinna kesklinnas



### VITAL O<sub>2</sub> ULTARELI ÕHUNIISUTI

- Soe ja külm aur
- Niiskuse kontroll
- Erinevad töörežiimid
- Suur 7 l veepaak
- Vaikne toimimine
- Kasutamiseks kuni 50 m<sup>2</sup>



### ÕHUIONISAATOR EHK PLASMA-ÕHUPUHASTI

- Toodab suures koguses kasulikke negatiivseid õhuiuone.
- Tõhus tolmuorje, puuduvad vahetusfiltrid. Eriti efektiivne erinevate lõhnade ja suitsu eemaldamiseks õhust.
- Sobib eriti hästi kuiva õhu- ja tolmu-probleemide lahendamiseks.
- CP 20 sobiv kasutusala 20-40 m<sup>2</sup>



### UUDNE LÄHENEMINE VEEPUHASTUSELE – VEEIONISAATOR EHK PLASMA-VEEPUHASTUS

- Kogu juhtimine puutenuppudel ja otse segistilt
- Seade paigaldatakse kraanikausikappi.
- Toodab nii aluselist, neutraalset kui ka happelist vett.
- Tervislik ja laetud vesi otse köögisegistilt.
- Sobib kasutamiseks nii kodu- kui ka kontoritingimustes.

Müügil suuremates kliimasalongides üle Eesti Airvitamin, ABC Kliima, City Kliima, Kliima24, +–Elektroonika, Euronics, ONOFF.  
[www.ABCkliima.ee](http://www.ABCkliima.ee), [www.citykliima.ee](http://www.citykliima.ee), [www.kliima24.ee](http://www.kliima24.ee), [www.airvitamin.ee](http://www.airvitamin.ee)

Airvitamin OÜ ■ Kaupmehe 6 Tallinn  
tel 642 0093, 5635 6112 ■ [info@airvitamin.ee](mailto:info@airvitamin.ee)

**AIRVITAMIN**

