

Rekomendacijos, kaip sumažinti geriamojo vandens suvartojimą ir išvengti stovinio geriamojo vandens keliamos rizikos žmonių sveikatai

Kasdieniniai įpročiai:

Vengti perteklinio vandens naudojimo buitiniams poreikiams:

- nenaudoti vandens, kai jo nereikia (pvz., valydami dantis, skusdamiesi, muiluodami rankas ar veidą, valant paviršius visada užsukite vandenį naudoti tik tiek, kiek būtina);
- rinktis ekonomiškus aeratorius ir maišytuvus;
- taisyti vandens pratekėjimus iš karto.
- trumpesnis dušas (rinkitės trumpą dušą (apie 5 minutes) vietoj vonios);
- plaukite indus dubenyje: daržoves, vaisius ar indus plaukite vandens pripildytame dubenyje, o ne po nuolat tekančiu čiaupu;
- tirpinkite maistą šaldytuve. Šaldytus produktus atitirpinkite šaldytuve arba mikrobangų krosnelėje, o ne po tekančiu vandeniu;
- kaitinkite tik reikiamą kiekį vandens: virduolyje užvirinkite tik tiek vandens, kiek reikia konkrečiam patiekalui ar gėrimui;
- laikykite šotį šaldytuve. Norėdami gerti šaltą vandenį, laikykite šotį vandens šaldytuve, kad nereikėtų ilgai leisti vandens iš čiaupo, kol jis atvės.

Įrangos ir priežiūros patarimai:

Prižiūrėti ir, jei reikia, pakeisti vidaus vandentiekio įrangą. Reguliariai tikrinti vandens maišytuvus, filtrus, aeratorius. Susidėvėję ar užsikalkėję įrenginiai gali tapti mikroorganizmų dauginimosi vietomis.

Efektyviai naudokite buitinę techniką – indaplovę ir skalbimo mašiną įjunkite tik tuomet, kai jos yra pilnos, ir, jei įmanoma, naudokite ekonominį režimą.

Rekomendacijos, kaip išvengti stovinio geriamojo vandens keliamos rizikos sveikatai:

Reguliariai naudoti geriamąjį vandenį. Stengtis užtikrinti, kad vanduo būtų vartojamas nuolat, ypač pastatuose, kuriuose yra mažesnis gyventojų skaičius ar laikinas neužimtumas (pvz., įstaigos, sandėliai, sodybos). Taip pat jei nesate naudoję vandens ilgesnį laiką (pvz., grįžus po atostogų), prieš vartodami geriamąjį vandenį, leiskite jam bėgti iš visų čiaupų (dušo, kriauklės, kt.), kol jis pastebimai atvės. Vandens sąstingis padidina mikrobiologinę taršą.

Vykdyti profilaktinį vandentiekio sistemų plovimą.

Mažiausiai kartą per savaitę pravalyti (praplauti) visus čiaupus ir maišytuvus, atsukant juos 2–5 minutėms. Tai pašalina stovintį vandenį iš vidaus tinklų.

Vengti perteklinio vandens kaupimo talpose. Neužpildyti talpų didesniu nei reikalinga kiekiu vandens ilgesniam laikui. Vandens laikymas be cirkuliacijos skatina legionelių ir kitų bakterijų dauginimąsi.

Stebėkite vandens kokybę, jei pasikeitė vandens spalva, kvapas ar skonis, jį reikėtų ištirti.

Apsvarstykite vandens filtravimo galimybes, jei kyla abejonių dėl vandens kokybės, geriamajam vandeniui skirtuose čiaupuose įrenkite vandens filtrus, kurie gali sulaikyti kenksmingus mikroorganizmus.

Jei vanduo yra užterštas (pvz., po avarijos), jį būtina virinti bent vieną minutę prieš vartojant maistui ar gėrimui.