

8 Αυγούστου 2019

Προσοχή! Γιατί δεν πρέπει να ξανά γεμίζεις τα πλαστικά μπουκάλια νερού

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Λίγο που οι υψηλές θερμοκρασίες της εποχής μας αναγκάζουν να πίνουμε συνέχεια νερό, λίγο που η τσέπη μας δεν μας επιτρέπει να αγοράζουμε 4-5 μπουκαλάκια νερό από το περίπτερο σε καθημερινή βάση, όλοι ξαναγεμίζουμε κάποιες φορές το άδαιο πλαστικό μπουκάλι νερού. Το ήξερες όμως ότι αυτό είναι επικίνδυνο για τη υγεία, με τις γυναίκες να διατρέχουν τον μεγαλύτερο κίνδυνο;

Σύμφωνα με τους ειδικούς, τα πλαστικά μπουκάλια νερού είναι μίας χρήσεως, κοινώς δεν έχουν φτιαχτεί για να γεμίζουν ξανά και ξανά, με τις χημικές ουσίες που περιέχονται σε αυτά να έχουν αρνητικές επιπτώσεις στον οργανισμό.

Συγκεκριμένα, κάποια από αυτά μπουκάλια μπορεί να περιέχουν δισφαινόλη Α (BPA) -μια αμφιλεγόμενη χημική ουσία που χρησιμοποιείται στην παρασκευή τους και μπορεί να διαταράξει ορισμένες ορμόνες. Μάλιστα, η κορυφαία Βρετανή διατροφολόγος Dr. Marilyn Glenville που ειδικεύεται στην γυναικεία υγεία, ανέφερε στο site Good Housekeeping ότι μπορεί να επηρεάσουν την ωορρηξία και να αυξήσουν τον κίνδυνο ορμονικών προβλημάτων, όπως το σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών, η ενδομητρίωση και ο καρκίνος του μαστού.

Βέβαια, οι επιστήμονες δεν έχουν ακόμη σαφή εικόνα για το πώς επηρεάζει η δισφαινόλη Α (BPA) τους ανθρώπους και πιστεύουν ότι έχει τη δυνατότητα να μιμείται τις ορμόνες και να παρεμβαίνει στο ενδοκρινικό σύστημα των αδένων το οποίο απελευθερώνει ορμόνες στο σώμα. Όπως προτείνουν δε, είναι αναγκαία η περαιτέρω έρευνα. Την ίδια στιγμή ωστόσο, οι υπέρμαχοι της ολοκληρωτικής απαγόρευσης της χρήσης της, ισχυρίζονται ότι μπορεί να οφείλεται για την αύξηση της εμφάνισης σοβαρών ασθενειών, όπως ο καρκίνος του μαστού και οι καρδιακές παθήσεις.

Μπορεί τα παραπάνω να επηρεάζουν κυρίως τις γυναίκες, όμως το ξαναγέμισμα των πλαστικών μπουκαλιών νερού κρύβει και άλλους κινδύνους, που επηρεάζουν όλους. Ο λόγος για τα βακτήρια που αναπτύσσονται στο μπουκάλι.

Ειδικότερα, σύμφωνα με μελέτη του αμερικανικού site Treadmill Reviews, σε εργαστηριακές έρευνες που έγιναν σε μπουκάλια νερού που είχαν χρησιμοποιηθεί για μία εβδομάδα από αθλητές, διαπιστώθηκε ότι ο μέγιστος αριθμός βακτηρίων ξεπέρασε τις 900.000 μονάδες σχηματισμού αποικιών ανά τετραγωνικό εκατοστό κατά μέσο όρο. Κι αν αυτό από μόνο του δεν σου λέει τίποτα, να ξέρεις ότι στο καπάκι της τουαλέτας σου υπάρχουν λιγότερα βακτήρια! Ανησυχητικό είναι επίσης και το γεγονός, ότι 60% των μικροβίων που βρήκαν, μπορούν να σε αρρωστήσουν.

Πηγή: [briefingnews.gr](https://www.briefingnews.gr)