

## Запобігайте отруєння нітратами

Наше повсякденне меню не обходиться без овочів, які роблять нашу їжу смачнішою, калорійною, вітамінізованою. Вітаміни овочів регулюють обмін речовин, покращують травлення, кровотворення, підвищують працездатність і витривалість, укріплюють захисні сили організму. Але разом з вітамінами та іншими корисними речовинами ми споживаємо шкідливі нітрати. Ранні овочі містять більше нітратів ніж пізні.

Нітрати характеризуються широким спектром токсичної дії. Їх вживання призводить до негативних змін у стані здоров'я людини. Токсична дія цієї сполуки полягає в гіпоксії ( кисневому голодуванню тканин), а також пригніченні тканинного дихання, яке розвивається в наслідок порушення транспорту кисню кров'ю.

Всякому овочу –свій час, але ми вже звикли, що і в магазинах, і на ринку можна купити свіжі овочі не лише влітку. Нині, наприклад, коли ще не сезон масового врожаю, тішить око зелененькі огірочки, червоненькі помідорчики, цибуля, капуста та інша зелень. Ця вся продукція з парників. Вживання таких овочів слід обмежити, тому що вони містять вищі концентрації нітратів, ніж продукти з відкритого ґрунту.

За період з 7.05. по 14.05.2018 року згідно з укладеними нами договорів з 17 приватними підприємствами району досліджено 77 зразків овочів на санітарно-хімічні показники. Виявлено надлишковий вміст нітратів в 13 зразках, що складає 16,8%. Найвищий показник виявлено в зразках редиски (43,7%), картоплі (33,3%) та капусти (18,7%).

Згідно проведених лабораторних досліджень голові Новоушицької селищної ради надіслана відповідна інформація, а вищезгаданим ПП надані протоколи лабораторних досліджень з відповідними висновками.

Санітарний фельдшер  
Новоушицького районного лабораторного відділення  
Державної установи «Хмельницький обласний  
лабораторний центр Міністерства охорони здоров'я України»

Л.П.Ріпак