

# Informacija dėl vandens kokybės 2024 metų I ketvirčio tyrimų rezultatų

Informuojame, kad atlikus 2024 metų I ketvirčio geriamojo vandens stebėseną leistina fluoridų koncentracija viršijo **Dauginčių** ir **Tolių** vandenvietėse.

Fluorido koncentracija šiose vandenvietėse pateikta lentelėje.

Dauginčiai	5,00 mg/l
Toliai	2,38 mg/l

UAB „Kretingos vandenys“ 2023 m. sausio 12 d. iš Kretingos rajono savivaldybės administracijos direktoriaus gavo įsakymą Nr. A1-28 „Dėl leidimo laikinai nukrypti nuo viešai tiekiamo geriamojo vandens kokybės rodiklių“, kuriame leidžiama iki 2026 m. sausio 4 d. tiekti vandenį su padidėjusia fluorido reikšme. Vadovaujantis Nacionalinio visuomenės sveikatos centro prie Sveikatos apsaugos ministerijos 2023 m. sausio 2 Nr. (10-14 17.9 Mr)BSV-61 ir Nr. (10-14 17.9 Mr)BVS-52 „Išlygos geriamojo vandens toksinio (cheminio) rodiklio ribinei vertei taikymo sąlygos“ didžiausia laikinoji leidžiama fluorido rodiklio vertė Dauginčiuose iki 5,09 mg/l, Toliuose iki 2,43 mg/l.

Geriamajame vandenyje fluoridas yra beskonis, bekvapis, bespalvis ir nesudaro jokių drumzlių, t.y. vartotojas jo negali pajauti. Lietuvos higienos normoje HN 24:2023 „Geriamojo vandens saugos ir kokybės reikalavimai“ nustatyta fluorido ribinė rodiklio vertė yra 1,5 mg/litre. Fluoridas būtinas žmogaus organizmui, tačiau per dideli fluorido kiekiai gali sukelti sveikatos sutrikimų. Optimalus šio elemento kiekis lemia dantų atsparumą ėduoniui, užtikrina taisyklingą augančio organizmo kaulų sistemos vystymąsi. Rekomenduojama paros norma suaugusiam žmogui yra 3,5 mg, nėščiosioms moterims – 3,0 mg. Pagrindinės problemos, su kuriomis susiduria pernelyg fluoruotą vandenį geriantys žmonės – dantų fluorozė. Ji gali pažeisti dantis jiems formuojantis ir vystantis, taip pat galimi kalcio ir magnio apykaitos sutrikimai. Pasaulinės sveikatos organizacijos duomenimis dantų fluorozė gali išsivystyti danties vystymosi ir formavimosi metu, t. y. iki 8-10 metų amžiaus vaikams. Todėl besilaukiančioms mamoms ir vaikams iki 10 metų svarbu kontroliuoti su maistu ir vandeniu gaunamą fluoridų kiekį.

## Siekiant išvengti neigiamo fluoridų poveikio, rekomenduojama:

- Vengti vartoti vandenį su padidintu fluoridų kiekiu. Daugiau vartoti sulčių, pieno ir jo produktų, nes kalcis sunkina fluorido įsisavinimą organizme. Vitaminai C ir B1 padeda fluoridui greičiau pašalinti iš organizmo;
- Dantų priežiūros priemonės (pastą, skalavimo skysčius) rinktis su mažesniu fluorido kiekiu arba visai be jo;
- Nevartoti druskos su fluoru bei maisto papildų, kuriuose yra fluoro;
- Reguliariai tikrinti vaikų dantis ir kt.

*„Fluoridas ir jo poveikis žmonių sveikatai“ skiltis parengta remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos parengta medžiaga*