

# 涓 杓漢兼姪邕 - 涓 洙鏃 工 逢 鑑 伴 掬 鏃 朵 簏 - 鏃 儿 棉 錦 冬 汉 绀 惧 施 洪 ゆ 侯 过夜的开水最好别喝

健康

浣滈

鎏 賤 龔 浜 庸 緬 2008/10/06 19:06

不少人家里都有个盛水的凉瓶，里面的凉白开水可以随时喝。但是，这种方便可能带来健康隐患。如果当天没有喝完，一定要倒掉。

这是因为，久置的开水中含氮的有机物会不断被分解成亚硝酸盐，同时，难免有微生物的介入会加速含氮有机物的分解。亚硝酸盐对身体的危害众所周知，它具有很强的与体内血红蛋白结合的能力，会妨碍血液正常的运氧功能。所以，开水最好当天喝完。

此外，现在很多家庭习惯饮用桶装水，看似密封良好的桶装水也应在三四天内喝完。因为，桶装水打开时间久了，细菌会顺着进水口溜进去，而且饮水机在出水时会形成负压，还不可避免地吸入部分空气，而空气中的细菌及微生物也会“乘虚而入”。如果不在短期内喝完，细菌就会超标，纯净水便不再纯净。