

Для чего нужна вода ?

Автор: Administrator

11.03.2009 14:19 - Обновлено 20.03.2009 12:09

ВОДА — универсальный растворитель.

Она регулирует все функции организма, включая активность всех растворенных веществ.

Все процессы зависят от рационального движения воды.

Достаточное количество воды — единственный способ обеспечить доступ к наиболее важным органам переносимых водой

элементов (гормонов, химических веществ и питательных веществ). Как только вода достигает обезвоженных клеток организма, она осуществляет жизненно важные физические, химические процессы. Осмотическое движение воды через мембрану в состоянии генерировать гидроэлектрическую энергию, которая преобразуется и хранится в энергетических резервуарах в форме АТФ (аденозинтрифосфорной кислоты).

Подсчитано, что содержание воды в тканях живых организмов на Земле примерно в шесть раз превышает ее количество во всех реках земного шара. Установлено, что суточная потребность в воде взрослого человека 2 - 2,5 л.

Зачем же она нужна?

Вот лишь небольшой и далеко не полный перечень «обязанностей» воды в нашем организме:

- регулирование температуры тела;
- доставка питательных веществ и кислорода ко всем клеткам организма;
- защита и буферизация жизненно важных органов;
- помощь при преобразовании пищи в энергию;

Выведение отходов процессов жизнедеятельности и многое-многое другое.