

# 饮用水

## 卫生常识



### 1 自来水为什么会有氯味?

一般自来水厂都会使用液氯进行消毒,为了保持自来水消毒效果和避免在管网输送到用户的过程中微生物污染,管网末梢自来水的余氯含量必须在0.05mg/L以上,所以自来水会带有氯味。将自来水煮沸后打开壶盖再沸3至5分钟,游离的氯便会散发。

### 2 水壶中为什么会出现水垢?

日常使用的水一般都有一定的硬度,如果水的硬度较高,水在加热后,水中的钙离子、镁离子的不溶性盐类就会从水中析出,形成了水垢。水烧开后持续烧3分钟左右,或者烧开后,静置一段时间,可以有效减少水垢。

### 3 水为什么会发黄?

水质发黄可能是受到了输水管网中水质管内壁铁锈的影响,可以将自来水放掉一些,待水质恢复清澈后再使用。

### 4 水为什么有时候是乳白色?

自来水在高压密闭的管道中输送时,管道中的空气会因为高压而溶入水中,当自来水从水龙头中流出时,水中的空气会因为恢复到常压而被释放出来,从而形成无数的微小气泡,使水的外观呈现乳白色,放置片刻后即会澄清,不影响饮水卫生。

### 5 饮用水出现异常情况该怎么办?

应停止用水,立即拨打12320公共卫生热线咨询。同时使用净水器留取3-5升水作为样本检测。如不慎饮用了被污染的水,应密切关注身体健康状况或及时就医。



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利

# 生活饮用水

## 水质应满足哪些基本要求?



我国2022年3月发布的《生活饮用水卫生标准》(GB 5749-2022)对生活饮用水规定了严格的水质要求:

生活饮用水中不应含有病原微生物;

生活饮用水中化学物质不应危害人体健康;

生活饮用水中放射性物质不应危害人体健康;

生活饮用水的感官性状良好;

生活饮用水应经消毒处理。



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利

# 哪些因素

## 会影响饮用水的口感?



### 溶解性总固体(TDS)

溶解性总固体(TDS),就是水中全部溶解性固体的总量,包括溶解于水中的各种矿物质、盐和金属离子。  
通常来讲,TDS>250mg/L时会有矿物质味道,TDS>800mg/L后会产生咸、涩等不良口味,让人难以接受。



### 硬度

硬度是指溶于水中的钙、镁的总量,这两种离子的含量越高,水的硬度就越大。  
一般来讲,硬度低的水口感柔和,硬度高的水口感厚重,过高的就会有苦涩味,饮用水标准中总硬度<450mg/L。



### pH值

水的pH值在6.5-8.5之间,pH值偏高,口感偏甜,有涩感;pH值偏低,口感偏酸。  
天然气泡水的pH值一般偏低,甚至可以低至5,能明显感到刺激酸爽。



### 有机物

有机物一般来源于微生物的代谢产物和消毒副产物,可以通过嗅味影响水的口感,而且嗅味阈值的跨度非常大。  
不同气味的有机物混合后,气味强度往往会发生变化。



### 温度

不同温度下的水溶解物的浓度可能不同,口感不同。  
无机盐的味道强度在低于体温或者室温的情况下会减弱;对于挥发性物质,温度升高导致分子运动加强,我们更容易感受到它们的不良口感。



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利

# 如何养成

## 健康的饮水习惯?



### 足够的饮水量

(1)成年人每日饮水量建议在1500-1700毫升,大概是每天7-8杯水。  
(2)对于运动量大、劳动强度高、或长时间暴露于高温、干燥等特殊环境下的人,应增大饮水量,甚至需补充适当的盐分。  
(3)喝水并不是越多越好,喝水太多会增加肾脏的负担,不利于健康。



### 健康的饮水方式

(1)不喝生水,也不要将喝饮料代替喝水。  
(2)喝水遵循“少量多次”原则,剧烈运动之后不提喝马上大量饮水。



### 适宜的水温

水温建议在40摄氏度左右,水温超过65摄氏度,会对口腔黏膜和消化道造成慢性损伤,增加食管癌的患病风险。



### 正确的饮水时间

(1)每餐后15分钟至半小时饮水最佳。  
(2)平时注意补水,不要感觉到口渴了才喝水。  
(3)睡觉前建议少喝一点水,起床以后可以适当的增加水的摄入量。



中国疾病预防控制中心环境与健康相关产品安全所 Amway 安利

# 关于召开浙江遂昌农村商业银行股份有限公司第九次股东大会的通知

各位股东:

根据《中华人民共和国公司法》《中华人民共和国商业银行法》及《浙江遂昌农村商业银行股份有限公司章程》等规定,经遂昌农商银行第三届董事会第三次会议研究,决定召开遂昌农商银行第九次股东大会,现将有关事项通知如下:

### 一、会议时间

2024年4月22日(星期一)上午10:00(9:30-10:00会议报到),会期半天。

### 二、会议地点

遂昌县妙高街道溪边路100号遂昌农商银行11楼会议室

### 三、会议主要内容

(一)审议《遂昌农商银行董事会2023年度工作报告》;  
(二)审议《遂昌农商银行2023年度利润分配方案》;  
(三)审议《遂昌农商银行2023年度信息披露报告》;  
(四)审议《遂昌农商银行章程修正案等事宜》等12项议程,以正式会议召开时为准。

### 四、参会人员

(一)本行股东(请根据本通知

规定进行股权登记,经登记后方可参会);

- (二)本行邀请的领导;
- (三)本行邀请的列席嘉宾;
- (四)大会见证律师;
- (五)大会工作人员。

### 五、股权登记和报名

本行股东均有权出席本次会议和参加表决,但应履行股权登记和报名手续,根据授权情况,按各乡镇网点进行统一登记。逾期未报名登记,或虽已报名登记但未按时参加会议的,视同弃权。

### (一)登记手续:

1.自然人股东可以亲自参会,也可委托其他股东参会。亲自参会的,须携带本人身份证、股金证办理登记;委托其他股东参会的,受托人须携带授权委托书、股金证、委托人身份证复印件和本人身份证。

2.法人股东代表须携带公司章程、营业执照复印件、股金证、法定代表人身份证明书、法人授权委托书及受托人身份证复印件办理登记。

(二)报名时间:2024年4月12日至4月20日,上午8:30-12:00;下午14:00-17:00。

(三)登记地点:遂昌县妙高街道溪边路100号遂昌农商银行7楼办公室。

### 六、出席会议

(一)本人亲自出席会议的,凭本人身份证明和股金证报到;  
(二)代理他人出席会议的,凭授权委托书、被代理人身份证复印件、代理人身份证和股金证报到;  
(三)法人股东应当由法定代表人或委托代理人出席会议。法定代表人或委托代理人出席会议应出示身份证明、授权委托书和股金证。

### (四)按股份数进行表决。

### 七、会务联系人及联系电话

(一)汪敏,联系电话:13676502600(会议);  
(二)阙心怡,联系电话:18857820702(会务)。

### 八、其他事项

(一)本通知在《遂闻》报纸上刊登公告,在本行各营业网点张贴。  
(二)会议时间、地点、内容如有变更,将以另行通知为准。

浙江遂昌农村商业银行股份有限公司

2024年3月26日

# 全力推进“五大比拼”行动 加快建设和美共富现代化遂昌家园