

# 苏州市饮用水安全指标化验检测 第三方

产品名称	苏州市饮用水安全指标化验检测 第三方
公司名称	浙江广分检测技术有限公司
价格	.00/个
规格参数	
公司地址	江苏省昆山市陆家镇星圃路12号智汇新城B区7栋
联系电话	18662248593 18662248593

## 产品详情

尽量避免常饮蒸馏水(一般蒸馏水的水性太酸，容易伤害身体，对肾脏较弱的人士则更为不利)，可选择优质的矿泉水。如可以的话，饮用碱性水对人体有利；否则，在家用滤水器过滤后煮熟再喝亦无不可。

日常生活中，饮水机已经相当普及。同时，由于饮水机使用不当而引起的一些小疾患也日益显现出来，所以，在这里提醒大家，一定要警惕饮水机喝水的五大误区。

### 饮暖水

夏日炎炎，很多人都会选择饮冰水。其实冰水对胃脏功能不利，饮暖开水更为有益，因为这有助于身体吸收。

通常只要你并不是觉得很渴，就完全可以按照既往的饮水量就行，不必要特意增加饮水量。我们来看看专家推荐健康饮水时间表吧。

6：30早饭前30分钟杯水

牵小狗散步、从家到办公室

(将小小的保温杯放入包中，随时补充身体所需水分)

8：30到办公室第二杯水

会议中（环保的当今，让我们少用一个纸杯，多片绿色）

10：30午饭前第三杯水

外出办公、市场巡查、外出游玩

(随时随地温馨呵护你的肠胃，补充身体所需水分，温水使疲惫的身心得到温度的呵护)

13 : 00午饭后第四杯水

休息闲逛

15 : 00下午茶第五杯水

参观市场、小憩球类运动

17 : 00下班前第六杯水

回家路中、逛街购物（减少瓶装水的购买量，一个保温杯随时随地陪伴你）

19 : 00饭后第七杯水

遛宠物、跑步、YOGA（健身）（时尚的保温杯使你成为外出的焦点，时尚环保的达人）

22 : 30睡前第八杯水