BHARATH SAMACHAR DIGITAL

5, ఏప్రిల్ 2025, శనివారం

భారత్ సమాచార్

ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్‌లో నీళ్లు తాగుతున్నారా? ఇక అంతే..!

భారత్ సమాచార్. నెట్, హైదరాబాద్:

మనం ఎటైనా బయటికి వెళ్తే సులభంగా లభించే ప్లాస్టిక్ వాటర్ బాటిల్స్‌ను కొనుగోలు చేసి నీళ్లు తాగడం ఒక సాధారణ అలవాటు అయిపోయింది. ముఖ్యంగా వేసవిలో డీహైడ్రేషన్ సమస్యలు రాకుండా ఉండేందుకు వాటర్ బాటిల్ క్యారీ చేయడ లేదా కొనుక్కొని తాగడం సహజమే. కానీ, ఈ అలవాటు మన ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరమై ఉండొచ్చని వైద్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఆస్ట్రియాలోని డానుబే ప్రైవేట్ విశ్వవిద్యాలయం చేసిన అధ్యయనం ప్రకారం, ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్‌లో నేరుగా నీళ్లు తాగడం వల్ల గుండె సంబంధిత సమస్యలు, అధిక రక్తపోటు (బీపీ) వంటి సమస్యలు రావచ్చని తేలింది. ఇది చిన్న విషయం కాదని.. జాగ్రత్త పడాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఈ ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్ తయారీలో బిస్ఫెనాల్-ఎ (BPA) అనే రసాయనాన్ని ఉపయోగిస్తారు. అయితే, బీపీఏ శరీరంలోని హార్మోన్ల సమతుల్యతను దెబ్బతీస్తుందని డాక్టర్లు చెబుతున్నారు. హార్మోన్ల అసమతుల్యత వల్ల రక్తపోటు పెరగడం, గుండెపోటు వంటి హృదయ సంబంధిత వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు పెరుగుతాయంటున్నారు.

కిడ్నీలపైనా ఎఫెక్ట్:

BPA కేవలం హార్మోన్లపై ప్రభావం చూపడమే కాదు.. దీని ప్రభావం కిడ్నీలు, కాలేయం, పునరుత్పత్తి వ్యవస్థ మీద కూడా పడే అవకాశముందని ఎక్స్‌పర్ట్స్ అంటున్నారు. దీని వల్ల శరీరంలో టాక్సిన్లు పెరిగి, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు, అలసట, మానసిక ఒత్తిడి వంటి అనేక సమస్యలు వస్తాయని చెబుతున్నారు. ప్లాస్టిక్ బాటిల్స్‌ను రీయూజ్ (reuse) చేయడం కూడా ప్రమాదకరమే. ఎందుకంటే వాటిలో బ్యాక్టీరియా పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. అలాగే వేడి వాతావరణంలో లేదా సూర్యరశ్మికి బాటిల్స్ బహిరంగంగా ఉండటం వల్ల BPA లీక్ అవుతుంది. ఇది మనం తాగుతున్న నీటిలో కలిసిపోయి, నేరుగా శరీరంలోకి చేరుతుంది.

© 2025 Bharath Samachar