VANDUO - GYVYBĖS ŠALTINIS

- **Organizmui netekus vos 1-2 proc. vandens, jaučiamas troškulys.**
- **Netekus 5 proc. Vandens – sutrinka medžiagų apykaita (virškinimas), padažnėja pulsas, pakyla temperatūra, parausta oda, svaigsta ir skauda galva, gali aptemti sąmonė.**
- **Netekus 10 proc. vandens atsiranda įvairūs organizmo sutrikimai visam likusiam gyvenimui.**
- **Netekus 21 proc. vandens, žmogus miršta, apsinuodijęs savo organizmo nesuvirškintais produktais, kurie be vandens nesugeba pasišalinti iš organizmo.**

SVEIKAS SAULĖS MIESTAS
Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

Parengė visuomenės sveikatos specialistė Edita Šulcienė pagal sveikatiados informaciją. Mob. 867684602, el. paštas: edita.sulciene@sveikatos-biuras.lt