

## مصرف بهینه آب

شماره سند: ب-۱-۱۰-۵۲

همه ما به اهمیت آب در زندگیمان اذعان داریم. رونق کشاورزی، رشد و حفظ زندگی موجودات زنده، رعایت بهداشت، تولید انرژی و بسیاری از این قبیل را مدیون وجود آب هستیم که به دلیل زاینده رود و کارون دچار خشکی شده اند که همه این موارد مثالی از بحران آب در ایران می باشد.

سه شاخص جهت سنجش میزان بحران آب در کشور وجود دارد که طبق شاخص سازمان ملل ایران در محدوده بحران آب قرار دارد.

### آیا می توانیم آب تولید کنیم؟

حجم آب در کره زمین ثابت و در مداری بسته به طور دائم در حال گردش است. تنها ۳٪ از کل آب های کره زمین شیرین هستند که سه چهارم از این مقدار در یخال های قطبی محبوس شده اند و خارج از دسترس می باشند بنابراین حجم آب در دسترس جهت استحصال و مصرف انسان فقط نزدیک به ۱٪ می باشد که در آبهای زیرزمینی، چشمه ها، رودخانه ها و دریاچه های آب شیرین وجود دارند و بوسیله حفر چاه، قنات، احداث سد قابلیت استحصال کسب می کنند که برای رسیدن به درجه قابلیت شرب بسته به نوع آلاینده تصفیه های اولیه، ثانویه و پیشرفته را پشت سر می گذارد که هزینه های گزافی را بر سیستم مربوطه تحمیل می نماید پس باید به فکرهاکارهایی جهت مصرف بهینه آب بود.

### راهکار



- شستشوی اتومبیل در کارواش ها
- استفاده از سطل و اسفنج در زمان شستشو
- استفاده نکردن از آب آشامیدنی جهت مصارف شستشو ماشین، آبیاری فضای سبز

- آلوده نکردن آب رودها، دریاچه ها و سدها
- آموزش فرزندان و خانواده در زمینه کاهش مصرف آب
- مصرف بهینه مواد غذایی
- خریداری تجهیزات با کمترین مصرف انرژی و آب
- استفاده از حداکثر گنجایش ماشین های لباسشویی و ظرفشویی در هر سیکل شستشو
- استفاده از شیرهای الکتریکی و یا پدال
- استفاده از لیوان به جای باز گذاشتن شیر آب در زمان مسواک زدن
- راه اندازی سیستم آبیاری قطره ای در باغچه و باغ ها
- کاشت گیاهان و درختان مقاوم به کم آبی
- آبیاری فضای سبز شبانگاه و سحرگاه
- چک مداوم اتصالات و شیرهای آب و تعویض آن ها در صورت فرسودگی و نشتی



منبع: <http://www.who.int/en>

تهیه کننده: مریم عظیم پور کارشناس ارشد بهداشت محیط زیست

واحد آموزش ارتقاء سلامت

تابستان ۱۴۰۰