

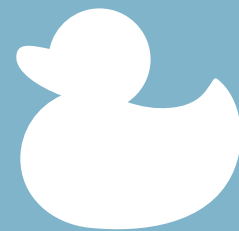
# DUSCHA

## FÖR ETT FRÄSCHARE BAD

Det är härligt att bada. Framförallt om vattnet är rent och fräscht. Det som påverkar vattenkvaliteten allra mest är de mikroorganismer som varje badande tar med sig ner i vattnet.

För vår gemensamma trivsel och säkerhet ska därför alla duscha innan bad. En noggrann tvätt med tvål och schampo tar bort många av de skadliga bakterier som annars kan försämra vattenkvaliteten.

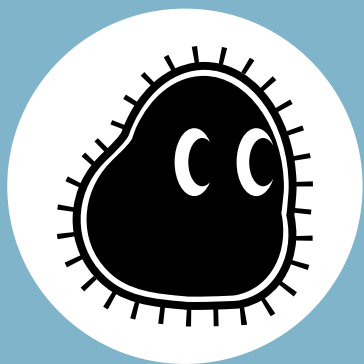
I denna lilla folder kan du läsa mer om vikten av att duscha före bad.



# TACK!

# VARFÖR DUSCHA FÖRE BAD?

# KOCKUM FRITID



## DETTA LÄMNAR VI EFTER OSS

Om du inte duschar innan badet lämnar du efter dig en hel del oönskade partiklar i vattnet. 3 gram hår och hudavlagringar. 2 cl svett, urin och saliv. Det är lätt att föreställa sig vilken bakteriebomb detta kan bli bara på en dag.

Följderna av för mycket oönskade mikroorganismer kan bli stora. Det kan handla om sjukdomsrelaterade bakterier som kan leda till epidemier. Särskilt farliga är koliforma bakterier och stafylokocker.



## KONTINUERLIG RENINGSPROCESS

För att oskadliggöra mikroorganismerna tillsätter vi klor i vattnet. Ju smutsigare vatten desto mer natriumhypoklorit (klor) behöver vi tillsätta. Klor har den positiva effekten att det desinfekterar vattnet, men det har även oönskade sideffekter.

När klor reagerar med kväve, t.ex. från svett, bildas gasen trikloramin. Den kan leda till röda ögon, irriterade luftvägar eller hudproblem. Det är därför önskvärt att minimera användningen av klor så mycket som möjligt.



## FÖRDELAR MED ATT DUSCHA

Om alla duschar före badet uppnår vi flera fördelar:

- mindre smuts och bakterier i badvattnet
- mindre behov av klor
- ingen klorlukt från huden, eller torr hy
- mindre hälsorisker från förorenat vatten



## FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER

1. Avlägsna plåster, hårklämmor och ev smink.
2. Duscha utan badkläder och tvåla in hela kroppen
3. Schamponera håret
4. Skölj av dig noggrant
5. Använd rena badkläder

**VI ÖNSKAR DIG ETT RENT OCH SKÖNT BAD!**