

Показатель качества	Влияние качества воды (основных биологически необходимых макро- и микроэлементов) на организм и состояние здоровья человека
Общая минерализация	Как при пониженном, так и, особенно, при повышенном общем солесодержании наблюдается перераспределение воды в организме, напряжение механизмов в регуляции водно-солевого гомеостаза, нарушение кислотно-щелочного равновесия, развитие различных функциональных сдвигов в зависимости от ионного состава воды
Общая жесткость	Установлена связь повышенной жесткости воды с отложением солей в мочевыводящих путях, гиперкальциурией, изменением водно-солевого и белково-липидного обменов. При пониженной жесткости отмечена возможность изменения реактивности сосудистой стенки, нейромускулярные нарушения в сердечной мышце. При функциональном воздействии на организм большое значение имеет отношение кальция – магний
Сульфаты	Установлена связь повышенного содержания сульфатов в воде с функциональным состоянием желудочно-кишечного тракта (секреторной деятельностью желудка, процессами переваривания и всасывания пищи).Понижение кислотности желудочного сока
Хлориды	Установлена связь повышенного содержания хлоридов в воде с состоянием водно-солевого обмена (усилением фильтрационной и реабсорбционной деятельности почек, повышением гидрофильности тканей, развитием гипертензивного синдрома)
Щелочность	Установлена связь между повышенной щелочностью воды и нарушением кислотно-щелочного равновесия (понижением щелочного резерва крови) и водно-солевого обмена в организме, уменьшением кислотности желудочного сока, увеличением клиренса мочевины
Натрий	Участвует в осморегуляции, перераспределении воды в жидкостных секторах организма, регуляции кислотно-щелочного равновесия, проводимости нервного импульса, сокращении мышц (в т. ч. сердца и сосудов), в процессах пищеварения и всасывания аминокислот и углеводов. При недостатке – симптомы ангидремии, азотемии, уменьшение объема внеклеточной жидкости. При избытке – задержка воды в организме, повышение возбудимости миокарда, появление гипертензивных состояний

Магний	Участвует в энергетическом обмене (утилизации углеводов), окислительном фосфорилировании, синтезе нуклеиновых кислот, проводимости нервного импульса, утилизации ряда витаминов в сыворотке крови, в течении некоторых иммунологических и аллергических реакций. Усиливает неблагоприятное влияние сульфатов на функциональное состояние желудочно-кишечного тракта.
Иод	Участвует в синтезе гормонов щитовидной железы (трийодтиронина и тироксина). Воздействует на метаболические и регенераторные процессы организма. При избытке – влияет на активность ферментных систем, изменяет структурно-функциональные характеристики щитовидной железы, печени, почек. При недостатке – изменение метаболических процессов организма, характерных для гипofункции щитовидной железы .
Фтор	Участвует в активации ряда ферментов (щелочной фосфатазы, энлазы, холинэстеразы и др.), содержащих магний, марганец, железо и другие металлы. При избытке – появление крапчатости эмали зубов, увеличение выведения кальция с мочой уменьшение содержания кальция и фосфора в костях, понижение синтеза мукополисахаридов, подавление активности ряда протоплазматических ферментов, подавление иммунной реактивности, морфофункциональные изменения в почках и печени. При оптимальных дозах – увеличение содержания кальция, фосфора, магния в костях, антиатеросклеротическое действие, повышение иммунной реактивности, увеличение устойчивости пародонта.