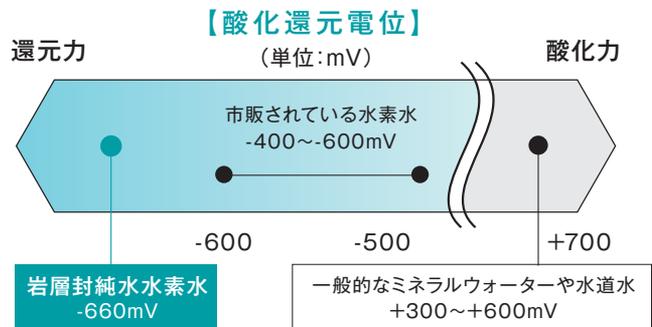


まだまだ知らない!? 「水素水」のかしこい選び方

テーマ：水素水選びのポイント

水素水選びのPOINT① 水素水の質

水素水として販売されているものが全て品質が同じなどということはありません。水素水は活性酸素(=サビの元)を除去しますが、そのサビさせない力(還元力)にも強さがあります。酸化力が強い、または還元力が強い、という能力を示すのに「酸化還元電位(mV:=ミリボルト)」という単位があります。この数値がプラスで大きい程酸化力が強く、マイナスで数値が大きい程還元力が強いことを表します。水の元素は水素(H)と酸素(O)で、酸化還元電位は、水素が-420mV、酸素が+820mVです。このことから、酸化還元電位の低い(還元力の強い)水には水素が溶存しているということになります。



【鉄クギのサビ実験】

水道水と水素水に鉄クギを入れてサビの進行具合を見てみました。



水素水選びのPOINT② 水素の量

もちろん質、だけでなく溶存する水素の量、も大変重要です。どんなに還元力の強い水素水でも、実は水素の量が微量にしかない・・・というケースもあります。水素自体は目に見えませんし、実際に飲んでどのくらい水素が入っているか判別はできません。

また、『水素』の濃度あらず単位にはppm、%、mg/Lなどがあります。水素水によって表記の方法はまちまちですが、**1.0ppm≒0.00010%≒1.0mg/L**と覚えて比較してみましょう。

また、最近ではppbという単位を使用している商品もあります。**1.0ppm=1,000ppb**です。ppbを使用して表記すると一見して水素量が多いように見えてしまいます。**[(例)岩層封純水 水素水]1.2mg/L≒1.2ppm=1,200ppb**意外と肝心な溶存水素量が少ない商品もあるようですのでご注意ください。

