Такую воду полезно пить каждый день вместо водопроводной, готовить на ней еду, умываться, использовать для мытья головы. Она обладает иммуностимулирующими, антиаксидантными и бактерицидными свойствами, заживляет раны, хорошо действует при гастритах, колитах, язвах и дизбактериозе, очищает кожу лица, избавляет от угрей, предупреждает простудные заболевания, остеопороз.