



UMÝVANIE RÚK

□

-

Umývajte si starostlivo a často ruky!!!

Toto jednoduché a základné hygienické pravidlo je jedným z najdôležitejších opatrení, ktoré Vám umožní chrániť si svoje zdravie počas sanácie a obnovy Vašich domovov. Umývajte si ruky pokiaľ možno mydlom, najmä vždy po styku s predmetmi, ktoré boli v kontakte so záplavovou vodou alebo kalmi, takisto vždy pred jedlom a pitím, než sa dotýkate svojej tváre a samozrejme aj vždy pred a po použití WC.

PITNÁ VODA

-

Na pitie a varenie zásadne používame len vodu, ktorej zdravotná nezávadnosť je spoľahlivo overená.

Voda z vlastnej studne

Ak bola Vaša studňa priamo zaplavená, vodu z nej nepoužívajte na pitie ani na varenie, kým sa nevykoná sanácia a než sa nedozviete, že výsledky rozboru vody sú vyhovujúce.

Ak bývate v oblasti postihnutej povodňou a nie ste napojený na verejný kontrolovaný vodovod a máte len vlastnú studňu, dajte si preveriť kvalitu vody v tejto studni uskutočnením chemického a mikrobiologického vyšetrenia a to aj vtedy, ak Vaša studňa priamo zaplavená nebola. Pokiaľ nebudete vedieť výsledok vyšetrenia, na pitie a varenie používajte len vodu z overených vodných zdrojov, predovšetkým však vodu balenú.

Postup pri sanácii vlastných (individuálnych) studní:

Sanáciu je účelné uskutočniť až po stabilizácii vodného režimu v postihnutej oblasti, po vykonaní vyčistenia okolia studne a po jej stavebno-technickom zabezpečení.

Mechanická očista a dezinfekcia studne sa uskutočňuje vždy za prítomnosti najmenej 3 osôb a to pre prípad potreby poskytnutia prvej pomoci osobe zostupujúcej do studne.

Základný postup:

-

Mechanicky očistiť a tlakovou vodou obmyť vonkajšie steny studne a tiež aj čerpacie zariadenie od nánosov bahna a opraviť poklop studne.

-

Otvoriť studňu a úplne vyčerpať z nej vodu.

-

Vykonať kontrolu vnútorného ovzdušia studne spustením zapálenej sviečky až na dno studne. V prípade bezkyslíkatého prostredia sviečka zhasne, v prípade výskytu metanu dôjde k oživeniu intenzity plameňa.

-

Po dôkladnom mechanickom očistení vnútorných stien studne, čerpacieho zariadenia i dna studne očistené plochy dôkladne opláchnuť čistou vodou a vodu úplne odčerpať.

-

Umyť vnútorné steny studne dezinfekčným prostriedkom. Pracujeme pritom zásadne v rukaviciach. Dezinfekčný roztok nechajte na omytých stenách pôsobiť podľa návodu.

-

Po opláchnutí vnútorných stien studne čistou vodou túto vodu znovu odčerpáme, odstránime kalom zanesený pokryv dna studne a vymeníme ho novým vhodným materiálom (čistý štrk, hrubozrnný piesok). Zároveň necháme studňu naplniť vodou a ak je voda stále kalná, ďalej pokračujeme v jej opakovanom čerpaní až do vymiznutia zákalu.

-

Poslednou fázou sanácie studne je uskutočnenie dezinfekcie vody. **Vždy treba rešpektovať návod na použitie**

Potrebu celkového množstva prípravku na dezinfekciu vždy vypočítajte podľa výšky vody v studni, pričom potrebnú dávku prípravku rozriedíte v kropiacej konvi a roztokom pokropte priamo hladinu vody, ako aj vnútorný povrch stien studne. Ak máte vo Vašom dome zriadený samostatný domáci vodovodný systém, napojený na vlastnú studňu (s dárlingom a pod.), vodu zo systému úplne vypustíte. Potom napustíte do neho vodu z Vašej studne s obsahom dezinfekčného prípravku tak, že táto voda pretečie celým systémom a plynule cez všetky vodovodné kohútiky vo Vašom dome. Prípravok je potrebné nechať pôsobiť cca 8 hodín.

-

Až po vykonaní dezinfekcie je možné odobrať vzorky vody k laboratórnej kontrole.

POTRAVINY (pokyny pre domácnosti)

Zaplavené poľnohospodárske plodiny

-

Všetky poľnohospodárske plodiny, ktoré boli zaplavené povodňovou vodou, kalmi a bahnom, treba považovať za zdraviu škodlivé. Tieto plodiny, i keby boli len čiastočne zaplavené a keby ďalej rástli, v žiadnom prípade bez posúdenia príslušného orgánu verejného zdravotníctva (RÚVZ) **nikdy** nekonzumujte. O ich použití na kŕmenie zvierat musí rozhodnúť príslušná regionálna veterinárna a potravinová správa.

-

Ovocie na stromoch a kríkoch, ktoré nebolo povodňovou vodou priamo dotknuté, možno jesť po dôkladnom umytí pitnou vodou.

Zaplavené potraviny

-

Nejedzte potraviny zaplavené povodňovou vodou, kalmi a bahnom, s výnimkou potravín hermeticky balených v skle kovových obaloch, vrátane potravín hermeticky uzatvorených v tuhých plastových obaloch, pokiaľ nejavia známky poškodenia, resp. porušenia zmien ich vonkajšieho vzhľadu, čitateľnosti ich etikiet, tvarových deformácií a iných možných porušení originality balenia takýchto potravín. Povodňou zasiahnuté hermeticky balené potraviny je však potrebné pred ich opätovným uvedením do obehu očistiť a dezinfikovať. Nemožno používať potraviny so zjavne poškodenými papierovými etiketami, resp. ktoré sú úplne bez etikiet.

Nekonzumujte ani chladené či mrazené potraviny, najmä vtedy, ak v dôsledku znefunkčnenia chladiaceho alebo mraziaceho zariadenia:

-

javia také zmeny vlastností postihnuteľných zmyslami, ktoré vylučujú ich ďalšie použitie pre účely ľudskej výživy (zápach, zmeny konzistencie, farby, a pod.),

-

trvanie do 3 hod. – potraviny (chladené, mrazené) možno považovať za neškodné, ak ich teplota nepresiahla 6 stupňov Celzia,

-

trvanie viac ako 3 hod. – chladené potraviny musia byť laboratórne vyšetrené a rozhodnutie o konzumovateľnosti sa vykoná na základe výsledkov uvedeného vyšetrenia,

-

viac ako 12 hod. – mrazené potraviny okamžite použiť na ďalšie spracovanie, nie je prípustné ich opätovné zmrazenie.

Základné hygienické požiadavky na ochranu zdravia po záplavách - pokyny pre verejnosť

Napísal Administrator
Utorok, 04 Jún 2013 12:49 -

Zákaz konzumovania v primeranej miere platí taktiež pre všetky ďalšie nasledujúce potraviny, ak boli v priamom styku so záplavovou vodou, bahnom, kalom:

-

akékoľvek otvorené balenia potravín, vrátane neotvorených v papierovom obale alebo s viečkom z voskového papiera, s netesniacim plastovým viečkom najmä vtedy, ak obsahujú majonézy a dresinky

-

vrecúškové balenia korenín, bylín a čajov

-

múky, obiloviny, cukor, kávu vo vrecúškach i vo vreciach

-

všetky potraviny v papierových, látkových a celofánových obaloch, aj keď by vyzerali ako suché a neporušené (napr. soľ, cereálie, cestoviny, ryža, sušienky, crecry, čokoláda, bonbóny, a pod.)

Ak máte akékoľvek pochybnosti o bezchybnosti potraviny obráťte sa na príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva a v prípade zdravotných ťažkostí (bolesti brucha, hnačka, teploty) už po prvých príznakoch navštívte Vášho lekára. Počiatkové ľahké príznaky nikdy nepodceňujte!

Zásady likvidácie následkov povodní v postihnutých obytných budovách a bytoch

Zásady vysušania domu alebo bytu:

-

urobte v miestnostiach prievan otvorením okien a dverí

-

ak je možné, použite ventilátory a teplovzdušné zdroje

-

budte však opatrní pri používaní benzínových teplovzdušných agregátov vo vnútri domu alebo bytu – môžete sa priotraviť splodinami (kysličník uhoľnatý!!)

Upratanie a dezinfekcia domu alebo bytu:

-

odstráňte všetko bahno a nečistoty z povrchov mechanickým očistením a dôkladným umytím

Napísal Administrator
Utorok, 04 Jún 2013 12:49 -

vodou

-

odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interiérový materiál – tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách)

-

než začnete s dezinfekciou akéhokoľvek povrchu, zoznámte sa dôkladne so spôsobom riedenia použitého dezinfekčného prostriedku podľa návodu na obale

-

najprv si natiahnite gumové rukavice

-

nábytok, podlahy, steny, nádoby (riad), dopravné prostriedky dezinfikujte vhodným dezinfekčným prostriedkom a nechajte pôsobiť podľa návodu.

-

Dezinfikované predmety prichádzajúce do styku s potravinami nezabudnite opláchnuť pitnou vodou, rovnako napr. aj hračky.

Čistenie a dezinfekcia šatstva a bielizne

-

Najprv si natiahnite gumové rukavice

-

Silne znečistenú bielizeň namočte na 4 hodiny do vhodného dezinfekčného prostriedku

-

Menej znečistenú bielizeň namočte na 1 hodinu do vhodného dezinfekčného prostriedku

-

Bielizeň po dezinfikácii vyperte obvyklým spôsobom za použitia pracieho prášku.

-

POZOR – Dezinfekčné prostriedky môžu mať aj bieliace účinky!

-

Cennejšie šatstvo, ktoré nie je vhodné dezinfikovať, vysušte, vykartáčujte a nechajte vyčistiť v profesionálnej čistiarni.

Dezinfekcia odpadových sifónov a žúmp

-

Použite nato určené dezinfekčné prostriedky.

-

Po skončení upratovacích činností sa odporúča ruky.

Odstraňovanie živočíšnych odpadov

-

živočíšne odpady počas likvidácie následkov povodní je potrebné vždy prísne separovať a likvidovať v súčinnosti s orgánmi štátnej veterinárnej a potravinovej správy prostredníctvom kafilernej služby

-

záplavových oblastiach nie je prípustné (je zakázané) zakopávanie uhynutých zvierat do zeme

-

s odpadmi a rozkladajúcimi sa telami živočíchov sa smie manipulovať len pomocou ochranných a pracovných pomôcok (ochranné pracovné odevy - plastové alebo gumené rukavice, obalové materiály - plastové vrecia, potrebné nástroje - vidly, háky a pod.).

prof. MUDr. Ivan Rovný, PhD., MPH

hlavný hygienik Slovenskej republiky