

ИНСТРУКЦИЈЕ ЗА ПОСТУПАЊЕ НА ПОПЛАВЉЕНОМ ПОДРУЧЈУ



ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ НИШ
Ниш, Булевар др Зорана Ћинђића 50

ИНСТРУКЦИЈЕ ЗА ПОСТУПАЊЕ НА ПОПЛАВЉЕНОМ ПОДРУЧЈУ

- Избегавајте ходање кроз поплавну воду или улажење у несигурне зграде или објекте, због могућих скривених опасности, као што су рупе или надолазећа вода.
- Држите децу даље од травнатих површина које су биле поплављене још недељу дана од дана повлачења воде.
- Никада не користите електричну машину или алат док стојите у води.
- Пре него што поново почнете да користите кућне апарате на гас или струју, нека их погледа квалификована особа.
- Загревање и добра вентилација помоћи ће у сушењу; оставите врата и прозоре отвореним кад год је то могуће и сигурно.

ЧИШЋЕЊЕ

- Ако је Ваша кућа била поплављена или затворена неколико дана, вероватно је загађена плеснима. Нове плесни у зградама могу бити отклоњене топлим водом, док упорне плесни захтевају стручно особље.
- Приликом чишћења, носите непромочиве рукавице и гумене чизме и, уколико у току чишћења долази до прскања водом, носите и кецељу и заштитне наочаре и маску за лице, ако је то могуће.
- У току чишћења, не мешајте избелјиваче и детерџенте, због ризика за настанак опасних испарења.
- Не дајте деци да се играју са загађеним играчкама. Играчке би требало опрати у топлој води (60 °C) са детерџентом.
- Очистите све кухињске апарате и ствари из кухињских елемената које су дошле у контакт са водом поплава.
- Оперите сву одећу контаминирану канализационом (отпадном) водом, појединачно у топлој води (60 °C) са детерџентом.

ВОДА, ХРАНА И ЛИЧНА ХИГИЈЕНА

- Користите хигијенски исправну воду за пиће, припремање хране и одржавање опште и личне хигијене.
- Обавезно темељно оперите руке после сваког чишћења, и увек пре јела или пре припреме хране.
- Ако сте били у контакту са загађеном водом или земљиштем, окупајте се или истуширајте, и, очистите рану (уколико је имате), одећу и личне ствари.
- Не полазите од претпоставке да залихе пијаће воде нису загађене; док не добијете другачије обавештење од надлежних органа, не користите воду из бунара.
- Не користите храну са поплављених обрадивих површина.
- Храну спремајте са хигијенски исправном водом и обавезно је термички обрадите (на температури већој од 70 Ц)
- Припремљену храну не чувајте дуже од 4 сата на собној температури, она мора бити на температури нижој од 10 Ц
- Темељно подгрејте кувану храну.
- Малој деци дајте индустријски припремљену храну
- Спречите контакт сирових намирница и термички обрађене хране

КАКО СЕ ЗАШТИТИТИ ОД ЦРЕВНИХ ЗАРАЗНИХ БОЛЕСТИ ПОСЛЕ ПОПЛАВЕ

- После поплава, могу се јавити цревне заразне болести. Преносе се пијењем загађене воде, додиром прљавим рукама или преко гардеробе у којој су људи били у загађеном подручју.
- Први симптоми цревних заразних болести су: повишена температура, повраћање, мучнина, малаксалост, грчеви у стомаку и пролив.
- За пиће, припремање хране и личну хигијену користите само флаширану или другу хигијенски исправну воду (из цистерне)
- Користите воду из комуналних водовода, уколико немате другу информацију
- Можете користити воду из индивидуалних водних објеката, уколико постоји извештај о њеној исправности издат од стране Института за јавно здравље Ниш
- Редовно одржавјте хигијену руку (сапуном или дезинфекционим средством)
- Заштитите готову храну од загађења фекалијама које се могу наћи у води
- Сву храну која је дошла у контакт са поплављеном водом, баците
- Дезинфикујте радне површине, као и прибор за јело и кување
- Јавите се лекару ако приметите симптоме цревних заразних болести, или сте повређени

ПРОФЕСИОНАЛНА И МЕДИЦИНСКА ПОМОЋ

Потражите помоћ ако сте:

- Повређени или се не осећате добро, или Вам је потребно снабдевање Вашим, рутински преписиваним, лековима;
- Имате симптоме сличне грипу;
- Угрижени од стране животиња као што су пацови или змије, или инсекти; или не можете да контролишете заразне штеточине;
- Потржите практичну подршку ако осећате стрес, узнемиреност, летаргију, анксиозност и/или депресију, што је нормално у датим околностима. Ако ова осећања потрају или дође до њиховог погоршања, потражите медицинску помоћ.
- Вода из комуналних водовода се контролише од стране од овлашћене здравствене установе за територију нишавског и топличког округа (Институт за јавно здравље Ниш)
- Вода из индивидуалних водних објеката се не контролише редовно - ти објекти нису безбедни за водоснабдевање.