

Zdravotná bezpečnosť obyvateľov počas povodní

Pri vzniku povodne je potrebné:

- po celú dobu sa riadiť pokynmi povodňových orgánov, polície a záchranárov,
- rešpektovať oficiálne informácie o vývoji situácie,
- konať s rozvahou a zbytočne neriskovať,
- varovať ostatných ohrozených, pomáhať starým, bezvládnym a deťom bez dozoru,
- chrániť predovšetkým zdravie a život až potom majetok

1. Pohybujte sa zásadne mimo zatopenú oblasť.

2. Vstupujte len do stojatej vody. Nikdy nevstupujte do prúdiacej vody. Prúd vody je veľmi nebezpečný a môže spôsobiť pri rýchlom stúpnutí hladiny utopenie. Prúdenie vody si overte vhadením kúska dreva na hladinu vody.

3. Dávajte pozor, kam stúpate. Povrch môže byť pokrytý črepinami skla alebo klincami. Používajte pevnú obuv.

4. Nejazdite autom v zátopovej oblasti. Auto môže byť zaplavené, strhnuté prúdom alebo náhlou prívalovou vlnou.

5. Ihneď vypnite prívod elektrickej energie do vášho domu. Vyhýbajte sa elektrickému vedeniu a zapnutým elektrickým spotrebičom. Voda je dobrým vodičom elektrického prúdu!

6. Pokiaľ dom opúšťate, nezabudnite vypnúť hlavný prívod elektrického prúdu. Pokiaľ ste to nestihli a vraciate sa po záplave, urobte to ako prvú vec ešte pred prehliadkou domu. Zatopené elektrické prístroje vyžadujú pred opätovným uvedením do prevádzky odbornú prehliadku.

7. Všimnite si možného uniku plynu. Nepoužívajte otvorený oheň a nefajčite. Svetlite len baterkou.

8. Vo vnútri domu nepoužívajte benzínové agregáty, oxid uhoľnatý vás môže udusiť. Pozor na spaliny z uhlia a dreva, ak bol porušený komín domu.

POKYNY PRE OBYVATEĽOV PO POVODNIACH

NEPITE VODU Z VEREJNÉHO VODOVODU A VLASTNEJ STUDNE, POKIAĽ NEBOLA OVERENÁ JEJ KVALITA A ZDRAVOTNÁ BEZPEČNOSŤ!!!

1. Zasiahnuté územie a objekty treba čo najskôr odvodniť a mechanicky vyčistiť

2. Obytné a skladovacie priestory po ich mechanickom vyčistení je potrebné dezinfikovať. Po vykonanej dezinfekcii predmety, plochy, podlahy, hračky umyjeme čistou vodou. Zabezpečíme vetranie a vysušovanie miestností (prievanom, ventilátormi, teplovzdušnými zdrojmi) ako aj vyčistenie a vysušenie všetkých dutín v stenách, podlahách a stropoch

3. Znečistené odevy, bielizeň a textilie očistíme a vydezinfikujeme. Pozor však na bieliace účinky dezinfekčných prostriedkov! Silne znečistenú bielizeň namočíme na 8 hodín do roztoku SAVO (1 liter SAVO do 9 litrov vody). Bielizeň podľa možnosti vyvaríme pri 90 st. C po dobu 10 minút a následne vyperieme. Bielizeň, ktorú nie je možné prať, vyvárať a dezinfikovať, je potrebné nechať vyčistiť v profesionálnej čistiarni

4. Pre zlepšenie stavu pôdy v okolí budov, zníženiu zápachu a dezinfekcii je možné plošne použiť nehasené vápno.

PITNÁ VODA

Vodu z verejného vodovodu je možné používať až vtedy, ak bola oficiálne potvrdená jej zdravotná bezpečnosť. Vodu z vlastných studní je možné používať na pitné účely až po vyčistení a vydezinfikovaní zdroja a overení kvality vody laboratórnym rozborom. Dovtedy na varenie a pitie používať len vodu z náhradných zdrojov (dovoz cisternami, originálne neporušené balenia pitnej a minerálnej vody atď.).

Postup pri sanácii individuálnych studní postihnutých záplavami.

Mechanické čistenie, vrátane dezinfekcie, uskutočňujeme vždy za prítomnosti 3 osôb, a to z dôvodu poskytnutia prvej pomoci osobe, ktorá pracuje priamo v studni. Pri práci dodržiavame zásady bezpečnosti pri práci a používame ochranné pomôcky.

1. Studne začíname čistiť po opadnutí záplavovej vody. Do vzdialenosti najmenej 10 m od okolia studne odstránime nečistoty, nánosy bahna a organické zvyšky.

2. Dôkladne mechanicky vyčistíme vonkajšie steny studne aj s poklopom a čerpace zariadenie (najlepšie kefou, prípadne silným prúdom vody).

3. Vyčerpáme celý objem vody v studni a vyčerpanú vodu odvádzame do odpadu alebo do bezpečnej vzdialenosti od studne.

4. Pred vstupom do studne zistíme prítomnosť jedovatých plynov, najjednoduchšie spustením horiacej sviečky. V prípade zhasínania plameňa studňu čistíme až po riadnom odvetraní prostredia (napr. hadicou nasadenou na vysávač). Tam, kde je to technicky možné, vykonáme mechanickú očistu vnútorných stien a dna studne. Potom steny opláchneme čistou vodou a vodu znovu odčerpáme.

5. Vnútorne steny studne opláchneme dezinfekčným prostriedkom na báze chlóru podľa návodu výrobcu (napr. roztokom SAVO). Dezinfekcia môže byť neúčinná, ak je voda v studni zakalená. V prípade potreby dezinfekciu opakujeme a vodu odčerpávame až do vymiznutia zákalu. Steny studne znova opláchneme čistou vodou a vodu odčerpáme.

6. Po naplnení studne aplikujeme prostriedok na dezinfekciu pitnej vody (SAVO na pitnú vodu – 9 ml SAVA na 1000 l vody). Požadované množstvo SAVA rozmiešame vo vedre s vodou (lepšie v krhle) a vlejeme ju do studne. Zabezpečíme, aby voda s dezinfekčným prostriedkom prepláchl celý vodovodný systém a prešla všetkými vodovodnými kohútikmi v dome (čas cca min.8 hodín).

7. Pokiaľ nemáme overenú kvalitu vody zo studne, vodu nepoužívame na iné ako úžitkové účely (očistu domácností a pod.).

8. Laboratórnym rozborom (až po vykonaní všetkých vyššie uvedených opatrení!) overíme účinnosť sanačných prác.

Postup pri likvidácii plesní

Často sú sprievodným javom zvýšenej vlhkosti po povodniach plesne. Tvorí povlaky na zariadeniach bytov a domov, prípadne na potravinách. Pre čoraz väčší počet alergikov sú významné ich rozmnožovacie výtrusy – spóry, ktoré sú uvoľňované do ovzdušia a sú významnými alergénmi.

1. Odstránime všetky nečistoty, nánosy bahna, zeminy a zničené predmety z objektov. Zlikvidujeme zničené potraviny. Poškodené murivo, omietky, maľbu odstránime do výšky záplavovej vlny.

2. Zabezpečíme vetranie a vysušovanie objektov a priestorov. Najvhodnejšie je prirodzené vysušovanie stálou cirkuláciou vzduchu a vetraním. Pre urýchlenie možno vysušovanie zintenzívniť vykurovaním a použitím elektrických vysušovačov a odvlhčovačov.

3. Všetky plochy, predmety a materiály a povrchy umyjeme (prípadne vyperieme) bežnými čistiacimi prostriedkami, v prípade doporučení hygienikov použijeme vhodné dezinfekčné prostriedky a následne opláchneme čistou vodou.

4. Pre zabezpečenie účinnosti likvidácie a zabráneniu spätnej kontaminácii je potrebné zabezpečiť okolie objektov – trvalé a dôsledné odvodňovanie okolia objektu a likvidácia vznikajúcich odpadov (vykopanie odvodných kanálov, vyčistenie kanálov, odpadových žľabov a pod).

5. Vykonať dezinfekciu doporučenými prípravkami (najčastejšie na báze chlóru) podľa druhu, rozsahu a veľkosti nárastov plesní. Mokrú materiály vždy znižujú účinnosť prípravkov. Dezinfekčné prostriedky nikdy voľne nerozprašujeme do vzduchu. Nárasty plesní likvidujeme vždy mokrou cestou, nikdy nie zametáním a vysávaním, ktoré zvyšujú možnosť ďalšieho šírenia spór vzduchom. V prípade rozsiahlejšej koncentrácie je vhodné osloviť odbornú firmu, prípadne zásah konzultovať s odborníkom. Dezinfekčné prostriedky si nezamieňať s prostriedkami preventívnymi, určenými predovšetkým ako konzervačné látky pre najrôznejšie materiály. Pre dezinfekciu je vhodné použiť SAVO proti plesniam.

6. Konečnú úpravu miestností – maľovanie, nátery a opravy vykonávame vždy až po vysušení a po odstránení plesní dezinfekciou.

Zásady bezpečnosti pri práci s dezinfekčnými prostriedkami.

1. Dezinfekčné prostriedky používať podľa pokynov a doporučení výrobcov. Dodržiavať predovšetkým odporúčanú koncentráciu a dobu pôsobenia.

2. Prácu vykonávať v priestoroch, ktoré majú zabezpečené dostatočné vetranie.

3. Pri práci s dezinfekčnými prostriedkami používať ochranné prostriedky – gumené rukavice, topánky, zásteru, príp. okuliare a respirátor.

4. Pri práci nejst', nepiť a nefajčiť.

5. Dodržiavať zásady osobnej hygieny.

Pri zasiahnutí organizmu dezinfekčnými prostriedkami je potrebné.

1. Pri zasiahnutí pokožky odstrániť znečistený odev, oplachovať zasiahnuté miesto čistou vodou 10-15 minút, priložiť sterilný obväz, v závažných prípadoch vyhľadať lekára.

2. Pri zasiahnutí oka vyplachovať 10-15 minút prúdom čistej vody od vnútorného kútika k vonkajšiemu (aby nedošlo k zasiahnutiu druhého oka).

3. Pri nadmernom nadýchaní okamžite zabezpečiť prívod čerstvého vzduchu.

4. Pri požití vypiť najmenej 1/2 l čistej vody, príp. podať živočíšne uhlie. Nevyvolávať zvracanie a vyhľadať lekársku pomoc.

POTRAVINY

NEKONZUMOVAŤ POTRAVINY, KTORÉ PRIŠLI DO KONTAKTU SO ZÁPLAVOVOU VODOU (S VÝNIMKOU POTRAVÍN VO VZDUCHOTESNE UZATVORENÝCH PLASTOVÝCH OBALOCH, SKLE A PLECHOVKÁCH, KTORÉ NEJAVIA STOPY PORUŠENIA).

1. Zaplavené konzervy dôkladne vyčistiť – umyť v čistej vode so saponátom, potom v roztoku dezinfekčného prostriedku a opláchnuť čistou vodou. Neoznačené a silne znečistené konzervy a konzervy s veľmi poškodeným obalom je potrebné zlikvidovať.

2. Nekonzumovať potraviny pri skladovaní ktorých došlo k poruche chladiaceho alebo mraziaceho zariadenia, resp. sa začala meniť ich farba, konzistencia, zápach. Zlikvidovať chladené potraviny, ak boli pri teplote 6 st. C viac ako 4 hodiny a mrazené potraviny, ak boli po rozmrazení voľne ponechané viac ako 2 hodiny.

3. Dlhodobu zaplavenú poľnohospodársku plodinu sa neodporúča konzumovať. Krátkodobu koreňovú zeleninu a zemiaky sa môžu použiť po dôkladnom očistení, umytí a varení (najmenej 30 minút), najskôr však po troch týždňoch po skončení záplav.

- Ovocie na stromoch a kríkoch, ktoré nebolo zaplavené je možné jesť po dôkladnom umytí pitnou vodou.

ODPADY

Vznikajúce odpady počas likvidácie následkov povodní je potrebné vždy prísne separovať a likvidovať tak, aby v neskoršom období nedošlo k vzniku a šíreniu infekčných chorôb.

NEPRÍPUSTNÉ JE NEKONTROLOVANÉ ZASYPÁVANIE VZNIKNUTÝCH PRIEHLBÍN, RIGOLOV A JÁM NETRIEDENÝM DOMOVÝM ODPADOM, ODPADOM POTRAVINÁRSKEHO CHARAKTERU, UHYNUTÝMI ZVIERATAMI A TIEŽ BIOMASOU (TRÁVA, KONÁRE, LÍSTIE, KTORÁ NESKORŠIE ZHNIJE A PÔDA SA PREPADÁ).

Postup pri likvidácii jednotlivých druhoch odpadov.

1. Organické odpady a odpady potravinárskeho charakteru ukladať a zhromažďovať do vyznačených kontajnerov.

2. Uhynuté zvieratá a potraviny živočíšneho pôvodu znehodnotenú povodňami odvážať do spaľovni alebo likvidovať iným vhodným spôsobom podľa pokynov štátnej veterinárnej správy. V záplavových oblastiach nie je prípustné (zakázané) zakopávanie uhynutých zvierat a znehodnotených potravín živočíšneho pôvodu do zeme vo väčších množstvách. Malé množstvá je možné na vhodnom mieste zakopať do hĺbky cca 0,6 – 1,0 m (mimo ochranných pásiem studní, aspoň 50 m od domu, najlepšie pod obcami a pod studňami). Pred zasypaním hlinou posypať vápnom alebo mletým vápnom.

3. 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.).

4. Obsah žump a čistiacich zariadení je potrebné pred dezinfekciou odčerpať a vyviezť na ČOV. Pozostatky po odpadoch je možné dezinfikovať chlórovým vápnom (1 kg vápna na 1 m³ obsahu žumpy).

OCHRANA PRED KOMÁRMI PO POVODNIACH

Kalamitný výskyt komárov a zvýšený výskyt hmyzu je za priaznivého klimatického vývoja častým sprievodným javom po povodniach.

Preventívnymi opatreniami (prevažne však s lokálnymi účinkami) môžu byť:

1. Individuálna ochrana: oblečenie s "uzlíkmi", aby hmyz nemohol vkĺznuť pod oblečenie a natieranie nepokrytých častí repelentnými prípravkami.

2. Používanie éterických látok vo vonných lampách, elektrických prístrojov s vyparovaním proti hmyzu a lapačov hmyzu.

3. Mechanická ochrana obydli siet'ami na okná a dvere. Ich ochrannú funkciu zvyšuje ošetrovanie rámov a sietí insekticídmi, určenými na tento účel.

4. Starostlivosť a čistota obytného prostredia

5. Likvidácia plytkých stojatých vôd, v ktorých je možný výskyt vajíčok komárov,

6. Pravidelné kosenie trávnych porastov v okolí obydli,

7. Vyprázdňovanie nádob na polievanie záhrad (na hladinu je možné umiestniť plávajúce fólie, polystyrénové dosky, príp. naliať malé množstvo jedlého oleja),

8. Likvidácia komunálneho odpadu z okolia obydli (napr. plechovky a plastové fľaše, kde sa v zachytenej dažďovej vode môžu liahnúť komáre).

ZÁSADY NA PREDCHÁDZANIE PRENOSNÝM OCHORENIAM POČAS SANAČNÝCH PRÁC.

PRI VŠETKÝCH PRÁČACH SPOJENÝCH S LIKVIDÁCIOU NÁSLEDKOV POVODNÍ JE POTREBNÉ DODRŽAŤ ZÁKLADNÚ ZÁSADU OCHRANY ZDRAVIA - STAROSTLIVO A ČASTO SI UMÝVAŤ RUKY MYDLOM.

1. Ruky je potrebné si umývať vždy po kontakte s predmetmi, ktoré prišli do styku so záplavovou vodou alebo kalmi, pred jedením a pitím, pred fajčením, pred a po použití WC. Po ukončení sanačných prác je potrebné ruky dôkladne vydezinfikovať.

2. V priebehu prác používať ochranné prostriedky – najmä gumené rukavice, gumený plášť, pevnú nepremokavú obuv. Po ich použití je nevyhnutné odev a obuv vyčistiť a vydezinfikovať.

3. Aj vyčistené miesto môže byť nechtiac opätovne kontaminované niekým iným alebo hmyzom, vetrom a pod. Kontaminované bývajú i miesta, ktoré viditeľne nepreukazujú znaky znečistenia.

4. Jesť a piť je možné len vo vyhradených a vydezinfikovaných miestach (jedlo z overených zdrojov), predtým je potrebné odložiť ochranné pomôcky, vydezinfikovať a umyť ruky. Jedlo neponechávať voľne uložené bez prikrytia, aby nedošlo k infikovaniu muchami a ostatným hmyzom.

5. Okamžite ošetriť, predovšetkým vydezinfikovať každé zranenie a odreniny, pri rozsiahlejšom zranení vyhľadať lekára. Rozškrábanými štípancami od komárov a iného hmyzu a zádermi sa môže do tela dostať infekcia.

6. Pozor sa musí dávať na zanesenie infekcie do očí a nosu pri pretieraní očí, čistení nosa a pod. V prípade nádchy radšej používať jednorazové papierové vreckovky. Ruky a tvár utierať do papierových vreckoviek

7. V tomto období nepodceňovať zdravotné problémy – bežné hnačky, zvýšenú teplotu, bolesti brucha, hlavy, rôzne hnisavé infekcie, bolestivé sčervenalé či teplejšie miesta na pokožke, ktoré môžu byť indikátorom začínajúcej choroby. Pri problémoch je nutné vyhľadať odbornú pomoc.

RÚVZ so sídlom v Humennom

Spracoval: Ing. Peter Čurlej, odd. HŽPaZ

Zdroj: Katarína Halzlová, Zuzana Valovičová, ÚVZ SR, 2010 – Základné hygienické požiadavky na ochranu zdravia po záplavách