

# PRAVIDLA ZÁKLADNÍ HYGIENY PO ZÁPLAVÁCH

## ZÁKLADNÍ HYGIENICKÉ PRAVIDLO: Myjte si pečlivě a často ruce!!!

Myjte si ruce zejména vždy po styku s povrchy, které byly v kontaktu se záplavovou vodou nebo kaly, vždy před jídlem, pitím a také před kouřením. Dále vždy než se dotýkáte obličeje, ale i před a samozřejmě po použití WC. Ruce a obličej utírejte do papírových ubrousků. Máte-li rýmu, používejte papírové kapesníky pro jedno použití.

### DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ:

**K pití používejte pouze vodu, jejíž zdravotní nezávadnost je ověřena!!!**

**Při všech pracích užívejte ochranné pomůcky, především gumové rukavice a pevnou obuv!!!**

## PO VSTUPU DO DOMU ČI BYTU ZKONTROLUJTE IHNED STAV POTRAVIN!!!

### Zaplavené potraviny:

Nejezte zaplavené potraviny s výjimkou potravin hermeticky balených ve skle a plechu (konzervy). Tyto konzervy je však nutno před použitím očistit a dezinfikovat. Zaplavené potraviny s výjimkou hermeticky balených zlikvidujte (uložte do označených kontejnerů).

### Čištění konzerv:

Umyjte konzervu v čisté vodě se saponátem, poté v roztoku dezinfekčního prostředku a opláchněte pitnou vodou.

**Zlikvidujte konzervy, jestliže mají narušený nebo silně pomačkaný obal, zvlhlý obsah, silně znečištěný uzávěr!!**

**Zlikvidujte chlazené nebo mražené potraviny, jestliže chlazené potraviny byly ponechány nad teplotou 6° C déle než 4 hodiny a jestliže mražené potraviny roztály a byly tak ponechány déle než 2 hodiny.**

**Zlikvidujte všechny následující potraviny vystavené zátopové vodě, jedná-li se o otevřená balení, která byla v kontaktu se záplavovou vodou, dále všechna i neotevřená papírová, sáčková, látková a celofánová balení a všechny potravin neuzavřené hermeticky.**

**Nekonzumujte zaplavené zemědělské plodiny, je nutno považovat je za zdravotně závadné!**

Zemědělské plodiny, které nebyly zcela zatopeny a dále rostou, doporučujeme využívat až po hygienické kontrole, nejdříve po třech týdnech po skončení záplav.

Ovoce na stromech a keřích, které nebylo zaplaveno, je možno jíst po důkladném umytí pitnou vodou.

**Máte-li jakékoli pochybnosti o nezávadnosti potraviny, zlikvidujte ji! V případě prvních příznaků onemocnění (bolení břicha, průjem, teploty) raději kontaktujte svého lékaře. Nepodceňujte počáteční lehké příznaky!**

## PO NÁVRATU JE NUTNO BYT VYSUŠIT, UKLIDIT a DEZINFIKOVAT!!!

- Udělejte v místnostech nebo místnosti průvan.
- Je-li to možné, použijte ventilátory nebo teplovzdušné zdroje.
- Odstraňte všechno bahno a nečistoty z povrchu důkladným umytím vodou a mechanickým očištěním.
- Odstraňte veškerý zvlhlý interiérový materiál – tapety a omítky.
- Nábytek, podlahy, zdi, nádobí, dopravní prostředek dezinfikujte za pomoci 3% až 5% roztoku Chloraminu T, nebo chlornanu sodného - ředění dle návodu na použití. Dále se může použít na dezinfekci povrchů (nikoliv k dezinfekci pitné vody) přípravek SAVO, ředění také dle návodu na použití. Nechte působit 30 minut nebo zaschnout.
- Dezinfikované nádobí nezapomeňte opláchnout pitnou vodou, stejně tak i hračky.
- Všechny dutiny ve zdech, podlaze a stropěch musí být otevřeny, vyčištěny a pečlivě vysoušeny.

**POKUD NEJSTE NAPOJENI NA VEŘEJNÝ VODOVOD, NEODEBÍREJTE VODU Z VLASTNÍHO ZDROJE, NENÍ-LI SANOVÁN A NENÍ-LI PROVEDEN ROZBOR KVALITY VODY S USPOKOJIVÝM VÝSLEDKEM!!!**

**Podrobný postup při sanaci studní postižených povodněmi – viz doporučení Státního zdravotního ústavu ze dne 15. 6. 2020.**

**DŮLEŽITÁ JE TAKÉ DEZINFEKCE ODPADNÍCH SIFONŮ A ŽUMP!!!**

Použijte roztok Chloraminu T, chlornanu sodného nebo zalijte odpad neředěným přípravkem SAVO. K dezinfekci obsahu žump použijte 1 kg chlorového vápna na 1 m<sup>3</sup> obsahu žumpy.

**NEZAPOMEŇTE OČISTIT A DEZINFIKOVAT ODĚVY A PRÁDLO!!! CHLOROVÉ PREPARÁTY MAJÍ BĚLÍCÍ ÚČINKY!**

Silně znečištěné prádlo namočte na 4 hodiny do 3 % roztoku Chloraminu T nebo na 8 hodin do roztoku SAVA (připravíte nalitím 1 litru SAVA do 9 litrů vody).

Méně znečištěné prádlo namočte po dobu 1 hodiny do 2% roztoku Chloraminu T nebo do SAVA (1 litr SAVA nalijte do 9 litrů vody). Prádlo po dezinfekci vyperte obvyklým způsobem za použití pracího prášku.

Cennější šatstvo, které nelze dezinfikovat, vysušte, vykartáčujte, nechte vyčistit v profesionální čistírně. Prádlo, které snese vyvážku, perte při teplotě nejméně 90° C nebo vyvařte po dobu 10 minut a následně vyperte.

K průběžnému mytí rukou můžete použít dezinfekční mýdlo. Po skončení úklidových prací ruce dezinfikujte přípravkem s virucidní (protivirovou) účinností, postupujte podle doporučení výrobce. Alkoholové přípravky nanášejte na suchou pokožku! Po dezinfekci ruce nechte zaschnout a neumývejte. Ruce průběžně ošetřujte regeneračním krémem.

**RIZIKO INFEKČNÍCH ONEMOCNĚNÍ**

Při práci v zatopených prostorách a při jejich čištění jsou osoby vystaveny riziku infekce. Jedná se jednak o infekce přenášené vodou kontaminovanou lidskými výkaly pocházejícími z žump a čističek odpadních vod (např. dysenterie) a vodou kontaminovanou výkaly zvířat v případě některých infekcí přenosných na člověka (např. leptospiróza či tularémie). Jejich původci mohou vniknout do organismu člověka i nepatrně poškozenou kůží (například oděrkami a záděrami). Snažte se tedy omezit styk vody a bláta s tělem pokud možno co nejvíce. Při práci používejte vždy holinky a gumové rukavice. Ruce si po skončení práce vždy řádně umyjte a dezinfikujte. Znečištěné prádlo ošetřete výše uvedeným způsobem.

**Pokud zjistíte jakoukoliv odchylku od normálního zdravotního stavu (např. zvýšenou teplotu), ihned navštivte lékaře a informujte ho, že jste pracovali v zatopeném prostředí.**

**MUDr. Pavla Svr inová, Ph.D.**

pověřena zastupováním na služebním místě hlavního hygienika

s postavením náměstka pro řízení sekce pro ochranu a podporu veřejného zdraví