

# PRAVIDLA ZÁKLADNÍ HYGIENY PO ZÁPLAVÁCH

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

Ruce si myjte pitnou vodou a mýdlem a utírejte do papírových ubrousků vždy zejména 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. Při styku s infekčním materiálem suché ruce dezinfikujte alkoholovými přípravky (např. Spitaderm, Sterilium, Promanum N, Spitacid).

### DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ:

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

**Při všech pracích užívejte ochranné pomůcky, především gumové rukavice a pevnou nepromokavou gumovou 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, 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 (bolesti břicha a křeče v břichu, průjem, zvracení, teplotu, vyrážku) raději kontaktujte svého lékaře. Nepodceňujte počáteční lehké příznaky!**

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

- Větrat objekt průvanem.
- Odborně zkontrolovat statiku objektu a stanovit rozsah poškození a návrh postupu asanačních prací.
- Zprovoznit inženýrské sítě: elektřinu, plyn, telefon, vodu (před zapojením kontrolu provedou odborníci).
- Musí se odklidit všechny nečistoty, nánosy bahna, zeminy, zničené předměty a zařízení.
- Vysoušet zdivo pomocí přístrojů, ale vždy za přítomnosti čerstvého vzduchu.
- Z místnosti vyklidit veškerý poškozený nábytek, koberce, předměty apod., postupovat od horních pater směrem dolů. Vždy při práci používat osobní ochranné pomůcky včetně gumových rukavic a nepromokavých bot.
- Nepoškozený nábytek a předměty dezinfikovat, dopravní prostředky nechat asanovat v servisu.
- Zabezpečit odvoz poškozených výrobků a jejich likvidaci.
- V okolí objektů zajistit trvalé a důsledné odvodňování (vyčištění kalů, odpadů, dešťovodů, kontrola komínů).

- Je nutno zlikvidovat všechny výrobky z nasákavých a porézních materiálů, které byly zasaženy záplavovou vodou nebo bahnem (papír, filtrační materiály, dřevo, folie z plastů).
- Elektrická a strojní zařízení, kde je demontáž problematická a neodborný zásah či opětovné neodborné smontování výrobku by mohlo ohrozit uživatele či obsluhu, je nutné, aby po mechanické očištění tyto úkony provedla servisní služba nebo výrobce. Čistit a dezinfikovat je nutné všechny části výrobku včetně skrytých prostor a otvorů z vnější i vnitřní strany. Pokud tato zařízení či výrobky přicházejí do přímého styku s potravinami a po provedené sanitaci vykazují viditelné změny (popraskání, poškrábání, odloupení povrchových vrstev, zrezivění apod.), nebo zapáchají, mění barvu a chuť, nelze je pro styk s potravinami použít. Totéž platí i pro keramické výrobky, plastové tenkostěnné obaly a plastové kanystry.
- Výrobky, které jsou nasákové a odolávají působení dezinfekčních a čistících prostředků se očistí nejlépe tlakovou vodou, omyjí se roztoky detergentů, opláchnou pitnou vodou a dezinfikují (např. chlorovými přípravky – Savo, Chlaramin T v koncentracích a době působení doporučených výrobcem), opět se opláchnou pitnou vodou a osuší. Lze použít i fyzikální postup dezinfekce (var po dobu 10 minut, horký suchý vzduch v troubě při teplotě 160 ° C po dobu 60 min., myčky nádobí s dezinfekčním roztokem atd.).

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

### **Postup při sanaci zatopených studní:**

Očista a dezinfekce studní se provádí za přítomnosti nejméně 3 osob, pro případ poskytnutí první pomoci osobě, která sestupuje do studny.

### **Základní postup:**

- Mechanicky očistit vnější stěny studny a čerpací zařízení od nánosů bahna a nečistot a opravit poškozené části vnějšího krytu studny. Důkladně opláchnout čistou vodou, nejlépe tlakovou.
- Otevřít studnu a úplně vyčerpat vodu.
- Zjistit, zda se ve studni nevyskytují jedovaté plyny a zda je u dna dostatek kyslíku – nejjednodušší způsob kontroly je spuštění zapálené svíčky na dno studny. V případě bezkyslíkatého prostředí svíčka zhasne, v případě výskytu metanu dojde ke vzplanutí.
- Důkladně mechanicky (např. kartáčem nebo tlakovou vodou) očistit vnitřní stěny studny, čerpací zařízení a dno studny. Důkladně opláchnout čistou vodou a vodu opět úplně vyčerpat.
- Omyt vnitřní stěny studny 0,05% roztokem chlornanu sodného (pokud používáte přípravek Savo, získáte tento roztok nadávkováním 100 ml Sava do 10 litrů vody).
- Opláchnout stěny studny čistou vodou a vodu znovu vyčerpat.
- Odstranit stávající pokryv dna (štěrk, hrubozrnný písek) a vyměnit za nový, případně za důkladně propraný starý.
- Nechat studnu naplnit vodou a v případě, že je voda dále kalná, pokračovat v čerpání až do vymizení zákalu.
- Provést konečnou dezinfekci vody. Při provádění dezinfekce respektujte návod k použití daného výrobku. K tomu je vždy potřeba znát aspoň přibližně objem vody ve studni. V případě použití chlorového přípravku, použijete dávku odpovídající 1 mg aktivního chloru na litr vody (pokud používáte přípravek Savo, znamená to dávku 100 ml Sava na 1 m<sup>3</sup> vody). Přípravek nalijte opatrně do studny a krátkým zapnutím čerpadla či jiným způsobem promíchejte. Nechte působit alespoň 8 hodin, je vhodné po 2 až 3 hodinách nasát dezinfikovanou vodou také do potrubí, kterým se voda ze studny čerpá do domu nebo na zahradu.
- Teprve po provedené dezinfekci a obměně vody za čerstvou je možno odebrat vzorek vody k provedení laboratorní kontroly.
- U vrtaných studní se doporučuje, aby vyčerpání a dezinfekci provedla odborná firma.
- Do doby, než lze vodou použít jako pitnou je nutné k pití, výplachu úst či vaření pokrmů používat výhradně vodu balenou. Vodu lze použít jako užitkovou k mytí, výjimečně ji lze pít pouze po 5 minutovém převaření.

## DEZINFEKCE ODPADNÍCH SIFONŮ A ŽUMP

Provádět dezinfekci obsahu žump má smysl pouze před povodní, kdy se očekává její vyplavení (1 kg chlorového vápna na 1 m<sup>3</sup> obsahu žumpy); k dezinfekci odpadních sifonů před povodní použijte 5% roztok Chloraminu T (20 vrchovatých polévkových lžic na 10 litrů vody) nebo zalijte odpad neředěným přípravkem Savo.

### NEZAPOMEŇTE OČISTIT A DEZINFIKOVAT ODĚVY A PRÁDLO!!!

Silně znečištěné prádlo namočte na 4 hodiny do 3 % roztoku Chloraminu T (připravíte rozpuštěním 12 vrchovatých polévkových lžic prášku v 10 litrech studené vody) 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 1% roztoku Chloraminu T (připravíte rozpouštěním 4 vrchovatých polévkových lžic v 10 litrech vody) nebo do SAVA (1 litr SAVA nalijte do 9 litrů vody). Prádlo po dezinfekci vyperte obvyklým způsobem za použití pracího prášku. Pozor! Chloramin T a SAVO mají bělicí účinky!

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. Prádlo vyžehlete. Je nutné zabránit kartáčování a prašení. Totéž platí pro polštáře a přikrývky.

### PÉČE O POKOŽKU OSOB PO SKONČENÍ ÚKLIDOVÝCH PRACÍ

Po skončení úklidových prací ruce dezinfikujte přípravkem s virucidní (protivirovou) účinností, postupujte podle doporučení výrobce. Alkoholové přípravky nanášejte na suchou pokožku! Po dezinfekci ruce umyjte pitnou vodou a mýdlem, osušte jednorázovým ubrouskem a ošetřete regeneračním krémem. Pokožku celého těla a vlasy umyjte vodou a šamponem případně s dezinfekčním účinkem (např. Octenisan), utřete a ošetřete regeneračním krémem. Veškerá poranění pokožky, hnisání, vyrážky apod. konzultujte s lékařem. V případě zvýšeného výskytu bodavého hmyzu používejte repelenty.

### RIZIKO INFEKČNÍCH ONEOCNĚNÍ

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 a vodou kontaminovanou výkaly zvířat v případě některých infekcí přenosných na člověka. Jejich původci mohou vniknout do organismu člověka i nepatrně poškozenou kůží (např. oděrkami a záděrami). Snažte se tedy omezit styk vody a bláta s tělem pokud možno co nejvíce (použit ochranné pracovní pomůcky).

**Hnisající oděrky, boláky, bodnutí hmyzem, vyrážka, teplota, dýchací či zažívací potíže je nutné lékařsky vyšetřit a ošetřit. Ošetřujícího lékaře je nutné upozornit na skutečnost, že nemocný byl v kontaktu se záplavovou vodou. Lidé se mohou v záplavových oblastech nakazit zejména salmonelózou, úplavicí, břišním tyfem a paratyfem, leptospirózou, listeriózou, tularémií, žloutenkou typu A a B apod. Při přemnožení komárů hrozí záplavové horečky.**

Zkontrolujte si platnost očkování proti tetanu (přeočkování po 10-ti až 15-ti letech). Pokud zjistíte jakoukoliv odchylku od normálního zdravotního stavu (např. zvýšenou teplotu), ihned navštivte lékaře a informujte ho, že jste pracovali v zatopeném prostředí. V některých případech se podle místní epidemiologické situace doporučuje i další očkování (např. proti hepatitidě typu A, břišnímu tyfu apod.)

Onemocnět infekčními nemocemi mohou i domácí mazlíčci a užitková zvířata. Některá onemocnění zvířat se mohou přenášet na lidi.