

POWÓDŹ

PORADNIK PRZECIWPOWODZIOWY

Sygnalizacja kolorami



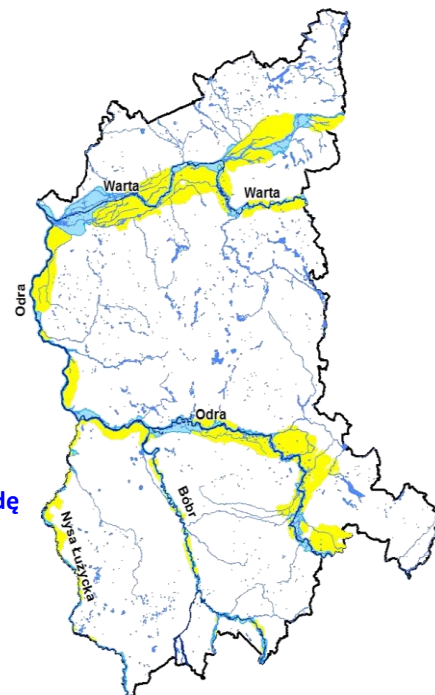
kolor biały - chcesz opuścić miejsce, w którym jesteś



kolor czerwony - potrzebna pomoc medyczna



kolor niebieski - prosisz o jedzenie i wodę



PO POWODZI

- Słuchaj komunikatów radiowych i telewizyjnych.
- Jak najdłużej pozostań poza zasięgiem wód powodziowych i zatorów lodowych.
- Nie wracaj do domu dopóki władze nie ogłoszą, że jest to bezpieczne oraz nie zostanie przywrócone zaopatrzenie w wodę pitną, usprawniony system kanalizacji i usunięte odpady.
- Sprawdź fundamenty Twojego domu czy nie ma pęknięć lub innych uszkodzeń, a w przypadku wątpliwości zgłoś to do nadzoru budowlanego, władz samorządowych i do ubezpieczyciela.
- Upewnij się, że budynek nie grozi zawaleniem – sprawdź ściany, podłogi, okna, drzwi. Uważaj na poluzowane tynki i sufity. Budynki, które znalazły się w zasięgu zalania-po ustąpieniu wód modą zachowywać się niestabilnie.
- Sprawdź instalację elektryczną i gazową.
- Przed przystąpieniem do usuwania skutków powodzi w Twoim domu zrób zdjęcia, bądź zapis wideo zastanych uszkodzeń. Materiał może okazać się przydatny dla firmy ubezpieczeniowej przy ubieganiu się o odszkodowanie. Zgłoś też firmie wielkość strat ubezpieczeniowych.
- Wyrzuć całą żywność, która miała kontakt z wodą powodziową, a do celów spożywczych używaj tylko wody butelkowanej.
- Zalane pomieszczenie zdezynfekuj, wywietrz, wysusz i odmaluj.
- W ramach możliwości włącz się do pomocy w usuwaniu skutków powodzi.
- Sprawdź czy nie ma widocznych uszkodzeń konstrukcji budynku mieszkalnego.
- Nie używaj otwartego ognia, przed upewnieniem się czy nie ulatnia się gaz.
- Nie włączaj samodzielnie instalacji gazowej i prądu.
- Nie używaj wody z wodociągów lub ze studni przed komunikatem służb sanitarnych o dopuszczeniu wody do spożycia, a także bez uprzedniego jej przegotowania (min. 10 min.).
- Wywietrz mieszkanie, zasłoń wybite okna, zabezpiecz dom przed dodatkowym zniszczeniem.
- Wyrzuć wszystkie produkty żywnościowe i leki, które miały kontakt z wodą powodziową.
- Jeżeli to możliwe unikaj kontaktu z wodą powodziową – może być skażona.

ODKAŻANIE WODY

Każdą niepewną wodę przeznaczoną do spożycia przez ludzi należy odkażać. Dzięki zniszczeniu bakterii, a w szczególności drobnoustrojów chorobotwórczych chorób zakaźnych przewodu pokarmowego staje się ona bezpieczna dla zdrowia ludzi. Odkażanie wody można przeprowadzić różnymi środkami i sposobami:

- najprostszym i dobrym sposobem odkażania wody jest jej gotowanie,
- można również dezynfekować wodę za pomocą specjalnych preparatów znajdujących się w obrocie handlowym pod różnymi nazwami – przeprowadzając ten zabieg ściśle według przepisów załączonych do tych preparatów.

UWAGA: Odkażanie nie usuwa zanieczyszczeń chemicznych w wodzie!

Zachować środki ostrożności w trakcie przeprowadzania dezynfekcji – używać rękawic, chronić oczy, zabezpieczyć miejsce dezynfekcji i środki do niej użyte przed dostępem dzieci !

W tym celu trzeba:

- odkazić wapnem chlorowanym zalane powodzią studnie i ujęcia wodne,
- oczyścić z osadów i odkazić, przy użyciu chemicznych środków czyszczących powierzchnie ścian, podłóg i sprzętów gospodarczych,
- wywietrzyć, wysuszyć i odmalować pomieszczenia mieszkalne i gospodarcze, zwłaszcza te, w których przechowuje się żywność i gdzie przebywają małe dzieci oraz osoby starsze, niedołążne,
- oczyścić, wysuszyć i odkazić miejsca ustępowe; często powtarzać odkażanie urządzeń sanitarnych i ustępów, zmywać je i utrzymywać w czystości i suchości.

ARTYKUŁY ŻYWNOŚCIOWE

Artykuły żywnościowe pozostawione lub przechowywane w miejscach objętych powodzią są narażone na zniszczenie, zepsucie lub zanieczyszczenie. Dlatego należy je dokładnie sprawdzać przed spożyciem. Żywność zepsuta, zanieczyszczona i spleśniała jest szkodliwa dla zdrowia. Spożywanie jej prowadzi do choroby, a nawet śmierci.

1. NIE JEDZ, ZWŁASZCZA NIE PODAWAJ DZIECIOM PRODUKTÓW, KTÓRE:

- zostały zalane, a nie są hermetycznie opakowane, nawet jeśli nie wykazują oznak zepsucia,
- mają zmieniony zapach, barwę, smak, konsystencję,
- mają widoczną pleśń lub zapach spleśniały, stęchły,
- są w widoczny sposób zanieczyszczone lub posiadają obcy chemiczny zapach,
- są w opakowaniach pozbawionych etykiet, w związku z czym mogą być mylnie uznane za żywność, np. trujące oleje mineralne, zaprawione zboża siewne itp.
- znajdowały się bez szczelnych opakowań w miejscach brudnych – w chlewach, oborach, kurnikach itp.
- są w puszkach o wyдутych wieczkach (zbombażowane konserwy).

Nie jedz artykułów żywnościowych niewiadomego pochodzenia – mogą być szkodliwe. Nie spożywaj mięsa, które nie było badane oraz jego przetworów. Ani gotowanie, ani smażenie takiego produktu nie chroni przed zatruciem, zwłaszcza niebezpiecznymi dla człowieka włośniami.

2. CHROŃ ŻYWNOŚĆ PRZED ZEPSUCIEM I ZANIECZYSZCZENIAMI:

- produktów nietrwałych, jak: mięso, wędliny, ryby, śmietana, masło, gotowe potrawy itp. nie przechowuj w temperaturze wyższej niż 10°C,
- produkty sypkie, zawilgocone, ale nie zepsute należy szybko spożyć lub przed przechowaniem przesuszyć,
- przechowuj żywność w szczelnych opakowaniach, przykrytą, w pomieszczeniach, gdzie nie ma środków chemicznych, takich jak pestycydy, nawozy mineralne,
- składaj żywność w suchym, chłodnym miejscu,
- chroń żywność przed gryzoniami i szkodnikami.

W razie zanieczyszczenia lub zmożenia powierzchni wodoszczelnego opakowania żywności, po usunięciu z opakowań zanieczyszczeń, produkt może być spożyty, jeśli nie wykazuje żadnych zmian. W każdym przypadku wystąpienia biegunki, wymiotów, podwyższonej temperatury, bólów brzucha i tym podobnych objawów zatrucia pokarmowego – bezzwłocznie zwrócić się do lekarza. Im szybsza pomoc lekarska, tym szybszy powrót do zdrowia, czasem jest to warunek uratowania życia.

RYGORYSTYCZNE PRZESTRZEGANIE ZASAD HIGIENY

- **WODE** do picia, płukania owoców i warzyw spożywanych na surowo, do mycia zębów należy **ZAWSZE GOTOWAĆ** przed użyciem.
- Surowe produkty pochodzenia zwierzęcego (mięso, drób, jaja, ryby) oraz warzywa należy traktować jako zakażone i nie dopuszczać do ich zetknięcia z produktami gotowymi do spożycia, zwłaszcza gotowanymi i przeznaczonymi do spożycia na zimno lub przechowywania.
- **RĘCE** myć dokładnie wodą i mydłem, czyszcząc również paznokcie po każdej bytności w ustępie, oporządzaniu zwierząt, oczyszczaniu warzyw oraz mięsa i jaj.
- To samo czynić przed przystąpieniem do: obróbki produktów przeznaczonych do spożycia, przygotowywania posiłków, karmienia dziecka, pielęgnowania niemowlęcia.
- W razie zachorowania należy jak najszybciej zgłosić się do lekarza i poddać jego zaleceniom.
- W przypadku konieczności zastosowania szczepień ochronnych przeciw durowi brzuszemu należy jak najszybciej zgłosić się do odpowiednich punktów szczepień.