

# **I N F O R M A C J A**

## **o żywności**

### **DLA POWODZIAN**

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.

#### **NIE JEDZ, ZWŁASZCZA NIE PODAWAJ DZIECIOM PRODUKTÓW, KTÓRE:**

- zostały zalane, a nie są hermetycznie opakowane, jeśli nawet 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 wydętych 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.

## **POSIADANĄ ŻYWNOŚĆ CHROŃ PRZED ZEPSUCIEM I ZANIECZYSZCZENIAMI, W TYM CELU:**

- 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 zmoczenia 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.**

Tekst: dr hab. H. Sadowska

Wydawnictwa Akcydensowe SA, Warszawa, ul. Bema 60a, tel. 632-20-04, z. 1447/WA/SA/97

# INFORMACJA o wodzie do picia DLA POWODZIAN

Fala powodziowa niesie ze sobą zanieczyszczenia bakteryjne i chemiczne groźne dla zdrowia i życia człowieka. Po ustąpieniu powodzi woda w studniach i zbiornikach wodnych nie nadaje się do picia. W celu uzyskania wody bezpiecznej dla zdrowia należy bezwzględnie wszystkie studnie doprowadzić do odpowiedniego stanu technicznego oraz oczyścić je i wydezynfekować.

## OCZYSZCZANIE I ODKAŻANIE STUDNI KOPANEJ:

Po wybraniu wody ze studni trzeba oczyścić dno ze szlamu i wszelkich nieczystości, wybrać kilkudziesięciocentymetrową warstwę piasku i wypełnić je warstwą przemytego żwiru lub gruboziarnistego piasku grubości ok. 10 cm, oczyścić cembrowinę oraz zabetonować ubytki i szpary.

Przed przystąpieniem do dezynfekcji należy zmierzyć za pomocą tyczki lub ciężarka na sznurku głębokość wody w studni. Na każdy metr głębokości wody odmierzamy ilość wapna chlorowanego wg zasad podanych w tabelce.

Średnica studni w cm	Potrzebna ilość wapna chlorowanego na każdy metr głębokości wody	Ilość monochloraminy na każdy metr głębokości wody
80	150 g - 1szklanka	165 g
90	200 g - 1 szklanka i ćwierć	220 g
100	250 g - półtorej szklanki	270 g
120	350 g - 2 szklanki i ćwierć	380 g

W przypadku stosowania roztworu podchlorynu sodu należy odmierzyć szklankę takiej samej objętości jak dla wapna chlorowanego lub dawki wymienione w tabelce w gramach dwukrotnie zwiększyć.

# INFORMACJA o zapobieganiu chorobom zakaźnym DLA POWODZIAN

## SŁUŻBA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA ostrzega POWÓDŹ sprzyja szerzeniu się CHORÓB ZAKAŹNYCH

Woda rozniosła i osadziła na terenie powodziowym zarazki zakaźnych schorzeń przewodu pokarmowego: duru brzuszego, czerwönki, salmonelloz i innych chorób biegunkowych. W glebie oraz w pomieszczeniach chłodnych i wilgotnych mogą pozostawać zdolne do zakażenia przez kilka tygodni. Zarazki należy zniszczyć wszędzie tam, gdzie jest to możliwe.

### W tym celu trzeba:

- odkazić wapnem chlorowanym zalane powodzią studnie i ujęcia wodne,
- oczyścić z osadów i odkazić przy użyciu chemicznych środków czyszczących powierzchnię ścian, podłóg i sprzętów gospodarczych,
- wywietrzyć, wysuszyć i odmałować 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.

Zakaźne schorzenia przewodu pokarmowego szerzą się poprzez zakażoną wodę, żywność i brudne ręce.

Aby prawidłowo przeprowadzić dezynfekcję, należy:

- do wiadra z wodą dodać dwie płaskie łyżeczki od herbaty któregoś z wymienionych środków dezynfekcyjnych i wyszorować tym cembrowinę,
- po ponownym napełnieniu studni wodą, rozmieszać w wiadrze z niewielką ilością wody odmierzoną według tabeli ilość środka dezynfekcyjnego, dopełnić wiadro wodą, zmieszać, po czym całą zawartość wlać do studni,
- wodę w studni zamieszać tyczką lub przez nabieranie wiadrem czerpanym i wlewanie z powrotem,
- po 24 godzinach wybierać wodę aż do zaniku zapachu chloru.

**Uwaga:** Środki dezynfekcyjne należy przechowywać w suchym i ciemnym pomieszczeniu w naczyniu drewnianym lub szklanym.

## ODKAŻANIE STUDZIEN WIERCONYCH I ABISYŃSKICH

W przypadku studni wierconej wymieszanie roztworu odkażającego następuje duże trudności. Dlatego w wyjątkowych wypadkach odkaża się je wprowadzając roztwór dezynfekcyjny za pomocą specjalnej pompy. Zazwyczaj w przypadku zanieczyszczenia studni dokładnie się ją przepłukuje przez długotrwałe pompowanie.

## ODKAŻANIE WEWNĘTRZNEJ CZĘŚCI POMPY ABISYŃSKIEJ

Przeprowadza się w następujący sposób: 4 gramy wapna chlorowanego (1 czubata łyżeczka) albo 7 ml roztworu podchlorynu sodu (1,5 łyżeczki) rozpuścić w dwóch kubkach wody. Zdjąć kolumnkę studni, nalać do rury przygotowany roztwór, nałożyć kolumnkę i pompować aż do ukazania się wody w wylocie pompy; pozostawić 24 godziny, następnie pompować aż do zaniku zapachu chloru w wodzie.

Po wykonaniu czyszczenia i odkażania studni, woda z niej powinna być zbadana przez najbliższą stację sanitarno-epidemiologiczną, która wyda orzeczenie, czy woda może być używana do picia i potrzeb gospodarczych.

## ODKAŻANIE WODY

Każdą niepewną wodę przeznaczoną do picia należy odkażać. Dzięki zniszczeniu bakterii, a w szczególności zarazków chorób zakaźnych przewodu pokarmowego, staje się ona bezpieczna dla zdrowia. 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 i pastylek pod różnymi nazwami, przeprowadzając ten zabieg ściśle według przepisów załączonych do tych preparatów.

**UWAGA:** Odkażanie nie usuwa zanieczyszczeń chemicznych.

**Pamiętaj!** Duża zawartość związków chemicznych (azotanów) może wywołać u niemowląt sinicę, która przy braku natychmiastowej pomocy lekarskiej bywa śmiertelna. Dlatego wszystkie kobiety ciężarne oraz niemowlęta powinny korzystać wyłącznie z wody badanej i określonej jako odpowiadająca wymaganiom sanitarnym.

Konsultant: dr I. Chabło

Wydawnictwa Akcydensowe SA, Warszawa, ul. Bema 60a, tel. 632-20-04, z. 1445/WA/SA/97

## TYLKO RYGORYSTYCZNE PRZESTRZEGANIE ZASAD HIGIENY CHRONI PRZED ZACHOROWANIEM

1. WODĘ do picia, płukania owoców i warzyw spożywanych na surowo, do mycia zębów należy ZAWSZE GOTOWAĆ przed użyciem.
2. 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.
3. RĘCE myć dokładnie wodą i mydłem, czyszcząc również paznokcie po każdej bytności w ustępie, oporządzeniu zwierząt, oczyszczaniu warzyw oraz mięsa i jaj.  
To samo czynić przed przystąpieniem do: obróbki produktów przeznaczonych do spożycia, przygotowania posiłków, karmienia dziecka, pielęgnowania niemowlęcia.
4. W razie zachorowania należy jak najszybciej zgłosić się do lekarza i poddać jego zaleceniom.
5. W przypadku konieczności zastosowania szczepień ochronnych przeciw durowi brzuszemu należy jak najszybciej zgłosić się do odpowiednich punktów szczepień.

Tekst: Prof. dr hab. Hanna Stypułkowska-Misiurewicz

Wydawnictwa Akcydensowe SA, Warszawa, ul. Bema 60a, tel. 632-20-04, z. 1446/WA/SA/97

# INFORMACJA DLA POWODZIAN O ZWALCZANIU SZKODLIWYCH I UCIAŻLIWYCH OWADÓW

## PAŃSTWOWY ZAKŁAD HIGIENY INFORMUJE:

Po powodzi na terenach zalanych mogą występować plagowo różne gatunki much, komarów, meszek, kuczmanów.

W zaistniałych okolicznościach znajdują one dobre warunki rozwoju.

## MUCHY

Owady te są przemocicielami groźnych chorób zakaźnych: duru brzuszego, czerwonki, salmoneloz, letnich biegunek niemowląt, także niektórych schorzeń grzybiczych i pasożytniczych.

Muchy siadają na rozkładających się resztkach żywności, martwych zwierzętach, odchodach ludzkich i zwierzęcych, składają tam jaja i zbierają na powierzchni swojego owłosionego ciała miliony bakterii. Z jaj wylęgają się robakowate, beznogie, kremowe larwy. Po kilku, kilkunastu dniach przekształcają się one w poczwarki (brązowe, baryłkowate), z których wylatują dorosłe owady. Cały rozwój much trwa ok. 2 tygodni, w przypadku wysokich temperatur może być krótszy.

**Przestrzeżenie higieny w domu i obejściu jest najważniejszym czynnikiem zabezpieczającym przed owadami i przenoszonymi przez nie chorobami.**

Należy więc:

- Do dezynsekcji nieczystości, padliny, zebranych śmieci, fekaliiów stosować wapno chlorowane, wapno palone. Wapno palone należy używać w postaci 20% mleka wapiennego (1 szklanka wapna = ok. 200 g zmieszać z 1 litrem wody). Stosować w ilości 10 – 20 litrów na 1m<sup>2</sup> powierzchni – polewać lub opryskiwać (np. zmiotką zanurzoną w zawieszynie) do momentu, aż cała powierzchnia równomiernie pokryje się białą cieczą. Zamiast wapna palonego można użyć 10% zawiesziny wapna chlorowanego (1/2 szklanki zmieszać z 1 litrem wody).
- Doły z płynną zawartością zasypywać suchym wapnem palonym stosując 1 kg wapna na 1m<sup>2</sup> powierzchni.

**Uwaga! przy przygotowywaniu zawieszin i stosowaniu wapna używać rękawice gumowe!**

## ZABEZPIECZENIE POMIESZCZEŃ PRZED MUCHAMI

- Osłonić okna i inne otwory siatką metalową, gazą lub gęstą firanką.
- Rozwieszać lepy w miejscach gromadzenia się much.
- Przechowywać żywność w zamkniętych pojemnikach lub pod przykryciem.
- Gromadzić śmiecie i odpadki w szczelnych workach foliowych.
- Zmieniać w miarę możliwości często ściólkę dla zwierząt, aby zapobiec rozwojowi larw much.

## ZWALCZANIE MUCH PREPARATAMI CHEMICZNYMI

Do zwalczania dorosłych much w pomieszczeniach można stosować wszelkie dostępne na rynku, przeznaczone do tego celu preparaty owadobójcze: trutki, tablice owadobójcze, preparaty do opryskiwania powierzchni, preparaty aerozolowe. Opryskiwać: futryny drzwi i okien, nasłonecznione powierzchnie ścian.

Do zwalczania larw much można stosować preparat Malasep (polewanie śmieci i odpadków), Neporex, Baycidal (niszczenie larw w ściółce).

# KOMARY I INNE OWADY KRWIOPIJNE

W rozlewiskach wody, mule i wilgotnej glebie rozwijają się larwy komarów, meszek, kuczmanów. Dorosłe komary i znacznie od nich mniejsze kuczmany kłują (tylko samice) szczególnie intensywnie przy dużej wilgotności powietrza i o zmierzchu; wtedy też mogą wlatywać do pomieszczeń. Ukłucia komarów i kuczmanów mogą powodować odczyny zapalne skóry, obrzęki, bąble.

Meszki, przypominające małe czarne muszki, atakują podczas dnia, w pełnym słońcu. Kłują boleśnie i często pozostawiają krwawiący ślad. Na ich ukłucia narażone są zwierzęta przebywające na pastwiskach. Ukucia tych owadów mogą powodować zmiany skórne, stany zapalne, zaburzenia oddechowe (harara). Zaatakowane przez chmary meszek zwierzęta mogą zginąć wskutek działania jadu owadów, toteż przy dużej agresywności meszek nie należy wyprowadzać zwierząt z pomieszczeń.

## ZABEZPIECZENIA OSOBISTE PRZED KOMARAMI I INNYMI OWADAMI KRWIOPIJNYMI:

- Odpowiednia odzież – długie spodnie, bluza z długimi rękawami, nakrycie głowy osłaniające czoło i kark.
- Na odsłonięte powierzchnie skóry (z wyjątkiem twarzy) stosować repelenty – środki odstraszające komary, w postaci płynów, kremów lub aerozoli; zabezpieczają na kilka godzin, do nabycia w drogeriach. W przypadku ich braku można użyć olejku goździkowego (do nabycia w aptekach).
- Zaognione miejsca po ukłuciach smarować papką mentolową, stosować kompresy z wody z amoniakiem lub z octem albo przykładać aloes.

## ZABEZPIECZENIE POMIESZCZEŃ

- Osłonić okna i inne otwory siatką metalową, gazą lub gęstą firanką.
- Łóżeczka dziecięce i wózki osłonić gazą.
- Nie otwierać okien przy zapalonym świetle wieczorem, gdyż zwabia ono komary.
- Udrożnić rynny, aby umożliwić spływ wody.

## ZWALCZANIE KOMARÓW PREPARATAMI CHEMICZNYMI

- W pomieszczeniach można zastosować dostępne na rynku środki owadobójcze, takie jak do zwalczania much, aerozole lub do opryskiwania albo elektrofumigatory (urządzenie elektryczne z płytką owadobójczą, z której wydzielają się pary substancji owadobójczej).
- Zwalczanie komarów występujących plagowo na dużych obszarach przeprowadzają wyspecjalizowane ekipy w porozumieniu z odpowiednimi Wydziałami Ochrony Środowiska i WSSE.

**Uwaga! Wszystkie środki należy używać ostrożnie, zgodnie z zaleceniami na etykiecie umieszczonej na opakowaniu preparatu. Stosować tylko preparaty zarejestrowane w MZiOS, posiadające numer rejestracyjny Tox. Chronić dzieci przed kontaktem z preparatem. Nie stosować preparatów przy nie zabezpieczonej żywności.**

**Uwaga! Zbyt intensywne używanie preparatów aerozolowych w zamkniętych pomieszczeniach może spowodować wybuch w przypadku wadliwej instalacji elektrycznej, otwartego ognia lub żaru. Nie opryskiwać preparatami urządzeń i przewodów elektrycznych.**

Opracowanie: dr Alicja Krzemińska, dr Aleksandra Gliniewicz

## Instrukcja dla powodzian

Po powodzi

1. Powrót do opuszczonego domu, dopiero gdy władze terenowe ogłoszą, że jest w pełni bezpiecznie.
2. Przed wejściem do budynku sprawdź, czy fragmenty Twojego domu nie mają pęknięć lub innych widocznych uszkodzeń.
3. Wchodząc do zalanych wcześniej zabudowań, używaj mocnego nieprzemakalnego obuwia i zachowaj szczególną ostrożność.
4. Podczas oględzin wnętrza budynku posługuj się oświetleniem z przenośnej latarki zasilanej baterią.
5. Skontroluj całość i stan ścian zewnętrznych i wewnętrznych budynku, podłóg, drzwi i okien, aby upewnić się, czy budynek nie grozi zawaleniem.
6. Dokonuj oględzin sufitu i tynków we wszystkich pomieszczeniach, by uniknąć niespodziewanego oberwania.
7. Dokumentuj fotograficznie istniejące uszkodzenia i zniszczenia, co może być pomocne przy ubieganiu się o odszkodowanie.
8. Przed włączeniem zasilania elektrycznego dokonaj oględzin instalacji elektrycznej pod kątem widocznych uszkodzeń mechanicznych.
9. Nie włączaj zasilania, jeżeli dostęp do tablicy rozdzielczej lub włącznika wiąże się z wejściem do pozostałej w budynku wody.
10. Jeśli po włączeniu zasilania stwierdzisz iskrzenie lub nagrzewanie się przewodów lub elementów komutacyjnych, natychmiast wyłącz zasilanie.
11. W razie jakichkolwiek wątpliwości co do bezpieczeństwa przy włączeniu zasilania skorzystaj z pomocy fachowca.
12. Przed podłączeniem dopływu gazu do instalacji wezwij fachowców, żeby sprawdzili jej szczelność i uczestniczyli w podłączeniu gazu.
13. Przed korzystaniem z instalacji wodno-kanalizacyjnej sprawdź całość rur wodociągowych i funkcjonowanie systemu odprowadzania ścieków.
14. Sprawdź stan techniczny i sprawność zbiorników sanitarnych i szamb, aby uniknąć niebezpieczeństwa zakażeń i zatruć.

15. Do odpompowania wody z piwnic przystąp, gdy poziom wody w gruncie będzie niższy w zalanej piwnicy i gdy nie ma pęknięć, budynek nie osiada, a ściany nie są odchylone od pionu.
16. Wodę z zalanych piwnic odpompuj stopniowo, nie więcej niż kilka cm na godzinę oraz 1/3 pierwotnego poziomu wody dziennie, by uniknąć uszkodzenia struktury fundamentów.
17. Jeśli odpompowana woda napływa do piwnicy ponownie, przerwij pracę i sprawdź, co jest tego przyczyną.
18. W celu osuszenia zalanego budynku pootwieraj okna, drzwi zewnętrzne i wewnętrzne oraz okienka w piwnicach.
19. Jeżeli jest to możliwe, uruchom ogrzewanie budynku lub skorzystaj z przenośnych urządzeń grzewczych.
20. Meble w pomieszczeniach poodsuwaj o co najmniej 20 cm od ścian oraz podnieś minimum na 5 cm nad podłogę.
21. Z pomieszczeń usuń elementy wykończeniowe, które uległy uszkodzeniu lub utrzymują wilgoć i utrudniają wysychanie pomieszczeń.
22. By uniknąć rozwoju grzybów i pleśni, ściany i sufity odkaż za pomocą mleka wapiennego z wapna palonego i pomaluj farbami z wapna palonego.
23. Stropy drewniane po zdjęciu podłóg i wysuszeniu legarów zabezpiecz środkiem impregnacynym do ochrony drewna (również elementy wymienione na nowe).
24. Stropy betonowe po zdjęciu podłóg i wysuszeniu odkaż mlekiem wapiennym z wapna palonego.

---

25. Zalane przez powódź studnie i ujęcia wody odkaż za pomocą wapna chlorowanego, by uniknąć zakażeń zarazkami chorób zakaźnych.
26. Miejsca ustępowe, ustępy, łazienki oraz urządzenia sanitarne oczyść, wysusz i odkaż wapnem chlorowanym.
27. Wodę do picia, płukania owoców i warzyw spożywanych na surowo oraz do mycia zębów gotuj przed użyciem.
28. Zalana przez powódź żywność, która nie była zabezpieczona hermetycznymi opakowaniami, wyrzuć.
29. Wyrzuć również artykuły żywnościowe, których opakowanie hermetyczne zostało uszkodzone, mają wydęte wieczka lub są pozbawione etykiet (by uniknąć pomyłek).
30. W warunkach powodziowych przechowuj posiadaną żywność w szczelnych i bezpiecznych opakowaniach.



INFORMACJA DLA POWODZIAN

## POSTĘPOWANIE SANITARNE Z POMIESZCZENIAMI

### I PRZEDMIOTAMI UŻYTKU PO POWODZI

PAŃSTWOWY ZAKŁAD HIGIENY INFORMUJE:

#### Zasady przygotowania pomieszczeń do użytkowania po powodzi

1. Pomieszczenie wstępnie oczyścić z grubych zanieczyszczeń: piasku, szlamu, itp.  
2. Następnie pomieszczenie starannie oczyścić wodą i środkami myjącymi. Dokładne umycie usuwa nie tylko brud, ale również obniża liczbę drobnoustrojów, często do bezpiecznego dla zdrowia poziomu.

3. Po dokładnym oczyszczeniu, niektóre pomieszczenia lub powierzchnie dezynfekować.

Wskazane jest dezynfekowanie pomieszczeń i powierzchni do przygotowania i przechowywania żywności. Do tego celu można stosować preparaty przekazane lub zalecane przez Stację Sanitarno-Epidemiologiczną lub powszechnie dostępne środki używane w gospodarstwie domowym (np. stosowane do wybielania bielizny). Po dezynfekcji (nie krócej niż 15 min) powierzchnie zmyć wodą pitną.

Pomieszczenia mocno zanieczyszczone np. fekaliami, powinny być dezynfekowane. Po usunięciu zanieczyszczeń i umyciu, należy przeprowadzać dezynfekcję preparatami zalecanymi przez Stację Sanitarno-Epidemiologiczną.

Dezynfekcję pomieszczeń źle wietrzonych (np. piwnice), dużych powierzchni powinny przeprowadzić przeszkolone ekipy.

Uwaga: Do dezynfekcji pomieszczeń mieszkalnych nie stosować lizolu, wapna chlorowanego, ograniczyć stosowanie podchlorynu sodu.

Ze względu na zagrożenie środowiska, wskazane jest ograniczenie stosowania preparatów zawierających chlor.

4. Pomieszczenia po dezynfekcji należy wywietrzyć.

#### Postępowanie z przedmiotami codziennego użytku.

- Przedmioty, które zostaną uznane za przydatne do dalszego użytkowania należy dokładnie wymyć, a następnie dezynfekować. Najlepszą metodą dezynfekcji jest zastosowanie wysokiej temperatury: stosowanie gorącego powietrza, gotowanie, wyparzanie, prasowanie.

- Wyposażenie kuchenne (np. naczynia, sztućce) - dokładnie umyć, a następnie gotować nie krócej niż 15 min w wodzie, najlepiej z dodatkiem sody (1- 2 łyżki na liter) w przykrytym naczyniu. Przedmioty o większych rozmiarach można wyparzać wrzącą wodą (najlepiej kilkakrotnie).
- Niektóre przedmioty: np. naczynia kuchenne, sztućce (inne szklane lub metalowe) można poddać działaniu gorącego powietrza np. w domowym piecyku (w temp. 160°C w czasie 2 godz.).

---

• ~~Bieliznę~~ pościelową i odzież dokładnie wypłukać, a następnie uprać:

- odporną na temperaturę w temp. 95°C - 15 min w pralkach automatycznych, pralnicach lub gotować.
- wrażliwą na temperaturę prać co najmniej dwukrotnie w temp. 60°C, najlepiej z proszkami zawierającymi nadboran sodu.
- bieliznę, odzież (białą, odporną na chlor) można dezynfekować w preparatach do wybielania, potem dokładnie wypłukać.
- \* Prasowanie gorącym żelazkiem:
  - prasować upraną bieliznę, odzież; prasowanie jest szczególnie ważne, gdy woda użyta do prania i płukania nie odpowiadała jakości wody pitnej
  - ~~odzież~~ która nie będzie prana, po wyczyszczeniu prasować przez mokrą tkaninę

Uwaga: Przy czyszczeniu powierzchni, odzieży, szczególnie w przypadku usuwania zanieczyszczeń już wysuszonych, należy chronić drogi oddechowe (zasłonić nos, usta tkaniną zwilżoną wodą).

Z chloraminy, podchlorynu wapnia, wapna chlorowanego, innych preparatów zawierających chlor, także z domowych środków wybielających, może gwałtownie wydzielać się szkodliwy chlor. Dezynfekcję należy wykonywać w pomieszczeniach dobrze wietrzonych. Chronić drogi oddechowe (np. maską z tkaniny). Stosować rękawice i ubrania ochronne. Pomieszczenia po dezynfekcji dobrze wywietrzyć. Dezynfekcji nie prowadzić w obecności dzieci.

W pomieszczeniach mieszkalnych zmyć powierzchnie po dezynfekcji, szczególną uwagę zwrócić na usunięcie pozostałości środków dezynfekcyjnych w pomieszczeniach, gdzie ją przebywały niemowlęta.

# INSTRUKCJA DLA POWODZIAN

## Żywność

### 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 i konsystencję;  
\* 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.,

### Aby uchronić żywność przed zepsuciem i zanieczyszczeniami:

\* 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.

Jeśli wodoszczelne opakowanie zostało zanieczyszczone lub zmoczone, po usunięciu zanieczyszczeń produkt może być spożyty, jeśli nie wykazuje żadnych zmian.

## Choroby zakaźne

Sanepid ostrzega: woda rozniosła i osadziła na terenie powodziowym zarazki zakaźnych schorzeń przewodu pokarmowego: duru brzuszego, czerwonki, salmonelloz i innych chorób biegunkowych. W glebie oraz w pomieszczeniach chłodnych i wilgotnych mogą one pozostać zdolne do zakażenia przez kilka tygodni.

### Aby zniszczyć zarazki należy:

\* odkazić wapnem chlorowanym zalane powodzią studnie i ujęcia wodne;

\* oczyścić z osadów i odkazić przy użyciu chemicznych środków czyszczących ściany, podłogi, sprzęty gospodarcze;

\* wywietrzyć, wysuszyć i odmalować mieszkania i pomieszczenia gospodarcze, zwłaszcza te, gdzie przechowuje się żywność i gdzie przebywają dzieci oraz osoby starsze, niedołążne;

\* oczyścić, wysuszyć i odkazić ustępy, często powtarzać odkazanie urządzeń sanitarnych, zmywać je i utrzymywać w suchości;

## Zakaźne choroby przewodu

### pokarmowego szerzą się poprzez zakażoną wodę, żywność i

### brudne ręce;

\* wodę do picia, płukania owoców i warzyw jedzonych na surowo, a także wodę 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 zetknięcia ich z produktami gotowymi do spożycia;

\* ręce myć dokładnie wodą i mydłem, czyszcząc również paznokcie, po każdej bytności w ustępie, oporządzeniu zwierząt, oczyszczaniu warzyw, oraz mięsa i jaj. Tak samo postępować przed przygotowywaniem posiłków, karmieniem dzieci, pielęgowaniem niemowląt.

## Woda

Fala powodziowa niesie zanieczyszczenia bakteryjne i chemiczne. Po ustąpieniu powodzi woda w studniach i zbiornikach wodnych nie nadaje się do picia. By uzyskać bezpieczną dla zdrowia wodę, należy oczyścić i zdezynfekować studnie.

Po wybraniu wody ze studni trzeba oczyścić dno ze szlamu i nieczystości, wybrać

kilkudziesięciocentymetrową warstwę piasku i wypełnić je warstwą przemytego żwiru lub gruboziarnistego piasku grubości ok. 10 cm, oczyścić cembrowinę oraz zabetonować ubytki i szpary. Przed

dezynfekcją, należy zmierzyć za pomocą tyczki lub ciężarka na sznurku głębokość wody w studni. Na każdy metr głębokości wody należy odmierzyć ilość wapna według zasad podanych w tabelce.

W przypadku stosowania roztworu podchlorynu sodu należy odmierzyć szklankę takiej samej dawki jak dla wapna chlorowanego lub dawki z tabelki podane w gramach dwukrotnie zwiększyć.

Aby prawidłowo przeprowadzić dezynfekcję, należy:

\* do wiadra z wodą dodać dwie płaskie łyżeczki od herbaty któregoś z wymienionych środków dezynfekcyjnych i wyszorować tym cembrowinę;

\* po ponownym napełnieniu studni wodą rozmieszać w wiadrze z niewielką ilością wody odmierzoną według tabeli ilość środka dezynfekcyjnego, dopełnić wiadro wodą, zmieszać, po czym całą zawartość wlać do studni;

\* wodę w studni zamieszać tyczką;

\* po 24 godzinach wybierać wodę aż do zaniku zapachu chloru.

Każdą niepewną wodę przeznaczoną do picia należy odkazić. Można to zrobić poprzez gotowanie, a także za pomocą specjalnych preparatów i pastylek, według załączonych do nich przepisów.

Należy jednak pamiętać, że odkazanie nie usuwa zanieczyszczeń chemicznych. Duża zawartość związków chemicznych (azotanów) może wywołać u niemowląt sinicę. Kobiety w ciąży i niemowlęta powinny korzystać wyłącznie z wody badanej i odpowiadającej wymaganiom sanitarnym.

Średnica studni w cm	Ilość wapna chlorowanego na każdy metr głębokości wody	Ilość monochloraminy na każdy metr głębokości wody
80	150 g - 1 szklanka	165 g
90	200 g - 1 szklanka i ćwierć	220 g
100	250 g - półtorej szklanki	270 g
120	350 g - 2 szklanki i ćwierć	380 g