

Základné hygienické požiadavky na ochranu verejného zdravia pri odstraňovaní dôsledkov povodne - pokyny pre verejnosť.

Keď voda opadne - Základné zásady

- Základnou zásadou je starostlivé a časté umývanie rúk
- Sanačné práce je možné začať až po opadnutí záplavovej vody

Umývanie rúk

Ruky si umývajte starostlivo a často! Toto jednoduché a základné pravidlo je jedným z najdôležitejších opatrení, ktoré vám umožní chrániť si zdravie počas sanácie a obnovy vašich domovov. Ruky si umývajte pokiaľ možno mydlom a teplou vodou po každom dotyku s predmetmi, ktoré boli v kontakte so záplavovou vodou alebo kalmi, takisto vždy pred jedlom a pitím, skôr, než sa dotknete tváre a samozrejme vždy pred a po použití WC. Pri varení a manipulácii s potravinami (vrátane riadu, pracovného náčinia, pracovných plôch) si umývajte ruky pred začatím činnosti, ihneď po znečistení rúk, pri prechode z jedného druhu práce na druhý, po fajčení, po úprave šatstva a osobitne po použití WC. Najmä na začiatku sanačných prác je vhodné doplniť umývanie rúk aj používaním dezinfekčných prípravkov, ktoré pôsobia antibakteriálne, príp. virucidne (t.j. ničia aj vírusy).

Pitná voda

Na pitie, varenie (vrátane prípravy ľadu), prípravu potravín, pri manipulácii s potravinami a pri umývaní riadu, pracovného náčinia a iných povrchov prichádzajúcich do kontaktu s potravinami, ale aj na čistenie zubov zásadne používajte len vodu, ktorej zdravotná bezpečnosť je spoľahlivo overená.

Voda z vlastnej studne

Ak bola vaša studňa priamo zaplavená, vodu z nej nepoužívajte na pitie a iné účely v domácnosti (napríklad varenie, príprava ľadu, manipulácia s potravinami, umývanie riadu, pracovného náčinia a iných povrchov prichádzajúcich do kontaktu s potravinami, ale aj čistenie zubov, umývanie sa, pranie, čistenie plôch, oplachovanie predmetov, atď.).

- Vodu z vlastnej studne je možné používať na pitné a iné účely v domácnosti až po sanácii, vyčistení a vydezinfikovaní zdroja a výsledky rozboru vody potvrdia, že kvalita vody v nej je vyhovujúca.

Sanácia vlastných studní

Sanácia zaplavenej studne sa môže začať až po opadnutí povodňovej vlny, stabilizácii (ustálení) vodného režimu v postihnutej oblasti, po vyčistení okolia studne (odstránenie nánosov) a po jej stavebno-technickom zabezpečení.

Sanáciu studne, najmä v prípade kopaných studní, pri ktorých je potrebný zostup do jej priestorov, odporúčame prenechať profesionálnym pracovníkom.

Svojpomocnú sanáciu uskutočňujte vždy za prítomnosti najmenej troch osôb, a to z dôvodu potreby poskytnutia prvej pomoci osobe zostupujúcej priamo do studne.

Pri čistení studne dodržiavajte zásady bezpečnosti pri práci a používajte ochranné pomôcky.

Postup pri sanácii vlastných studní:

- Mechanicky očistite a tlakovou vodou omyte vonkajšie steny studne, poklop a čerpacie zariadenie od nánosov bahna, príp. opravte poklop studne. V prípade umiestnenia čerpadla je nevyhnutné pred otvorením studne odpojiť prívod elektrickej energie. Ak je to možné, vytiahnite zasiahnuté čerpacie zariadenie, vyčistite ho a nechajte si overiť jeho funkčnosť.
- Otvorte studňu a úplne z nej vyčerpajte vodu (najlepšie iným kalovým čerpadlom) resp. čerpajte vodu do doby, kedy už nevykazuje podľa senzorického hodnotenia známky znečistenia. Počas celej sanácie zabezpečte, aby odčerpávaná voda nemohla späťne ovplyvniť kvalitu vody v studni a odvádzajte ju v dostatočnej vzdialenosti od studne do vhodných výpustov, do odpadu.
- Pred vstupom do studne vykonajte kontrolu vnútorného ovzdušia studne na prítomnosť jedovatých plynov znemožňujúcich dýchanie, a to spustením zapálenej sviečky až na dno studne. Ak je prostredie bez kyslíka, sviečka zhasne, v prípade výskytu metánu (plyn bez zápachu) dôjde k oživeniu intenzity plameňa. Studňu čistite až po riadnom odvetraní prostredia.
- Po dôkladnom mechanickom očistení vnútorných stien studne, čerpacieho zariadenia ako i dna studne tlakovou vodou, príp. kefou, opláchnite očistené plochy dôkladne čistou vodou a vodu úplne odčerpajte. Umyte vnútorné steny studne a všetky zariadenia vo vnútri studne prostriedkom s dezinfekčnými účinkami na báze chlóru. Pracujte pritom zásadne v rukaviciach, používajte aj ochranné okuliare. Dezinfekčný prostriedok nechajte na očistených stenách pôsobiť najmenej 2 hodiny alebo sa riadte návodom na použitie od výrobcu.
- Po opätovnom opláchnutí vnútorných stien studne čistou vodou túto vodu znova odčerpajte, odstráňte kalom zanesenú vrstvu z dna studne a nahraďte ju novým vhodným materiálom (čistý štrk, hrubozrnný piesok).
- Studňu naplňte vodou a ak je voda stále kalná, pokračujte v jej čerpaní až do odstránenia zákalu.
- Poslednou fázou sanácie studne je dezinfekcia vody. **Na dezinfekciu na pitnú vodu používajte výlučne prípravky, ktoré sú na tento účel určené a pri ich použití dodržiavajte návody na použitie.** Pri aplikácii dezinfekčných prípravkov (či už tabliet alebo roztokov) zabezpečte, aby sa prostriedok dostal do celého objemu vody (potrebne premiešať celý objem vody). Aplikujte ho vhodným spôsobom (napr. pokropením) priamo aj na hladinu vody v studni a na vnútorné steny studne.
- Domáci vodovodný systém, ktorý je napojený na vlastnú studňu, je po povodniach nevyhnutné úplne vypustiť a napustiť ho vodou zo studne s dezinfekčným prípravkom tak, aby prešla celým rozvodným systémom a dostala sa do všetkých vodovodných kohútikov a odberných miest (sprchy a pod) vo vašom dome. Osobitnú pozornosť je potrebné venovať miestam možnej stagnácie vody. Vodu s prípravkom je vhodné nechať pôsobiť cca 8 hodín. Zariadenia ako perlátory a podobne je potrebné z rozvodov odinštalovať, vyčistiť a vydezinfikovať.
- Až po vykonaní sanácie studne a dezinfekcie vody zo studne možno odobrať vzorky vody na laboratórnu kontrolu.

Potraviny (pokyny pre domácnosti)

Zaplavené poľnohospodárske plodiny

Všetky poľnohospodárske plodiny, ktoré boli zaplavené povodňovou vodou, kalmi a bahnom, treba považovať za zdraviu škodlivé. Tieto plodiny, hoci boli zaplavené len čiastočne a ďalej rástli, v žiadnom prípade bez posúdenia príslušného regionálneho úradu verejného zdravotníctva (RÚVZ) nikdy nekonzumujte. O ich použití na kŕmenie zvierat musí rozhodnúť príslušná regionálna veterinárna a potravinová správa (RVPS).

Ovocie na stromoch a kríkoch, ktoré nebolo povodňovou vodou, kalmi a bahnom priamo dotknuté, možno jesť po dôkladnom umytí pitnou vodou.

Zaplavené potraviny

Nejedzte potraviny zaplavené povodňovou vodou, kalom a bahnom, s výnimkou potravín hermeticky balených v skle, kovových obaloch vrátane potravín hermeticky uzatvorených v tuhých plastových obaloch, pokiaľ nejavia známky poškodenia, resp. porušenia či zmien ich vonkajšieho vzhľadu, čitateľnosti ich etikiet, tvarových deformácií a iných porušení balenia takýchto potravín. Povodňou zasiahnuté hermeticky balené potraviny, ktoré nejavia známky poškodenia, resp. porušenia či zmien ich vonkajšieho vzhľadu, čitateľnosti ich etikiet, tvarových deformácií a iných porušení originality balenia takýchto potravín, však treba pred ich použitím dôkladne očistiť, umyť, dezinfikovať a dôkladne opláchnuť pitnou vodou. Nemožno používať potraviny s poškodenými obalmi, etiketami, resp. také, ktoré sú úplne bez etikiet.

Chladené a mrazené potraviny

Nekonzumujte ani chladené či mrazené potraviny, najmä vtedy, ak v dôsledku znefunkčnenia chladiaceho alebo mraziaceho zariadenia javia také zmeny vlastností vnímané zmyslami, ktoré vylučujú ich ďalšie použitie na účely ľudskej výživy (zápach, zmeny konzistencie/skupenstva, farby a podobne). Pri znefunkčnení chladiaceho alebo mraziaceho zariadenia (ďalej „znefunkčnenie“) je potrebné neotvárať ho, aby sa v ňom udržala čo najnižšia teplota, a postupovať podľa nasledujúcich bodov:

- ak znefunkčnenie trvá menej ako 3 hodiny – potraviny (chladené, mrazené) možno považovať za neškodné, ak ich teplota nepresiahla 5 °C;
- ak znefunkčnenie trvá viac ako 3 hodiny – chladené potraviny musia byť laboratórne vyšetrené a rozhodnutie o konzumovateľnosti sa vykoná na základe výsledkov uvedeného vyšetrenia; v prípade, že nie sú laboratórne vyšetrené, je potrebné ich vyhodiť;
- ak znefunkčnenie trvá viac ako 12 hodín – mrazené potraviny, pokiaľ ich teplota nepresiahla 5 °C, treba okamžite použiť na ďalšie spracovanie, nie je prípustné ich opätovné zmrazenie.

Pozn.: Pokiaľ boli chladené a mrazené potraviny zaplavené - platia pravidlá uvedené v odseku „zaplavené potraviny“.

Nekonzumujte aj všetky ďalšie nasledujúce potraviny, ak boli v priamom styku so záplavovou vodou, bahnom či kalom:

- akékoľvek otvorené balenia potravín, vrátane neotvorených v papierovom obale alebo s viečkom z voskového papiera, s netesniacim plastovým viečkom, najmä vtedy, ak obsahujú majonézy a dresingy;
- vrecúškové balenia bylín a čajov;
- múky, obilniny, cukor, kávu vo vrecúškach i vo vreciach;
- všetky potraviny v kartónových nádobách vrátane škatúl na džús/mlieko/detskú výživu;

- potraviny v obaloch, ktoré nie sú vodotesné, ako napr. obaly so skrutkovacím uzáverom, zaklapávacím uzáverom, vyťahovacím uzáverom, zvlhčeným uzáverom;
- všetky potraviny v papierových, látkových a celofánových obaloch – aj v prípade, ak by vyzerali ako suché a neporušené (soľ, cereálie, cestoviny, ryža, sušienky, keksy, čokoláda, bonbóny a podobne).

Ak máte akékoľvek pochybnosti o bezchybnosti potraviny, obráťte sa na príslušný regionálny úrad verejného zdravotníctva a v prípade zdravotných ťažkostí (bolenie brucha, hnačka či teploty) už po prvých príznakoch navštívte svojho lekára. Počiatočné ľahké príznaky nikdy nepodceňujte!

Vyčistite, umyte, dezinfikujte vhodnými prostriedkami (používajte výlučne prípravky, ktoré sú na tento účel určené a pri ich použití dodržiavajte návody na použitie) a dôkladne opláchnite pitnou vodou riad, náčinie a iné povrchy prichádzajúce do kontaktu s potravinami, ktoré boli zaplavené vodou, kalom a bahnom.

Drevené dosky na krájanie, drevené riady a náčinie, cumlíky na dojčenské fľaše a cumlíky, ďalej riady na varenie a stolovanie, náčinie, pracovné povrchy prichádzajúce do kontaktu s potravinami, ktoré sú poškodené (napr. prasknuté, odštiepené), vyhodte, ak sa dostali do kontaktu so záplavovou vodou, kalom a bahnom. Dezinfekčné metódy nie sú účinné na odstránenie kontaminantov povodňovej vody, kalu a bahna z týchto predmetov.

Likvidácia následkov povodne

- Pri likvidácii následkov povodne a najmä pri práci s dezinfekčnými prostriedkami používajte osobné ochranné pracovné pomôcky (gumené rukavice a obuv).

Zásady vysušania domu alebo bytu

- Zasiahnuté územie a objekty čo najskôr odvodnite a mechanicky vyčistite.
- Zabezpečte vetranie a vysušovanie miestností, urobte v miestnostiach prievan otvorením okien a dverí. Ak je to možné, použite ventilátory a teplovzdušné zdroje.
- Buďte však opatrní pri používaní benzínových teplovzdušných agregátov vo vnútri domu alebo bytu – môžete sa priotraviť splodinami (oxid uhoľnatý)!
- Odstráňte všetko bahno a nečistoty z povrchov mechanickým očistením a dôkladným umytím vodou.
- Odstráňte akýkoľvek zvlhnutý interiérový materiál - tapety a všetko, čo samo odpadáva (napr. omietky na stenách).
- Skôr, než začnete s dezinfekciou, zoznámte sa dôkladne so spôsobom riedenia použitého dezinfekčného prostriedku a možnosťami jeho použitia.
- Podlahy, steny, nábytok, zasiahnuté zariadenie a povrchy vydezinfikujte dezinfekčným prostriedkom, ktorý je určený na tento účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie.
- Po vykonanej dezinfekcii predmety, plochy a podlahy umyte čistou vodou.
- Dezinfikované zariadenia a predmety prichádzajúce do styku s potravinami nezabudnite opláchnuť pitnou vodou, rovnako napríklad aj hračky.
- Znečistenú bielizeň namočte do dezinfekčného prostriedku určeného na daný účel, pričom vždy postupujte podľa návodu na použitie. Bielizeň po dezinfikovaní vyperte obvyklým spôsobom s použitím pracieho prášku.
- Cennejšie šatstvo, ktoré nie je vhodné dezinfikovať, vysušte, vykefujte a nechajte vyčistiť v profesionálnej čistiarni.

Odstraňovanie živočíšnych odpadov

- Živočíšne odpady počas likvidácie následkov povodní treba vždy prísne separovať a likvidovať v súčinnosti s orgánmi štátnej veterinárnej a potravinovej správy prostredníctvom kafilérnej služby.
- V záplavových oblastiach nie je prípustné (je zakázané) zakopávanie uhynutých zvierat do zeme.
- S odpadmi a rozkladajúcimi sa telami živočíchov sa smie manipulovať len pomocou ochranných pracovných pomôcok a nástrojov (ochranné pracovné odevy - plastové alebo gumené rukavice; obalové materiály - plastové vrecia; potrebné nástroje - vidly, háky a podobne).
- Plošnú deratizáciu v zatopených oblastiach je potrebné vykonať po odvodnení suterénov objektov a terénnych priehlbín, teda po opadnutí a stabilizácii hladín povrchových vôd. (pozn. tieto práce vykonávajú odborní pracovníci s osvedčením).

Kompletné odporúčania ÚVZ SR pre verejnosť nájdete na [stránke Slovenského hydrometeorologického ústavu \(SHMU\)](https://www.shmu.sk/sk/?page=2695). Tieto sú vždy sprostredkované aj priamo pri aktuálnych hydrologických výstrahách.
<https://www.shmu.sk/sk/?page=2695>