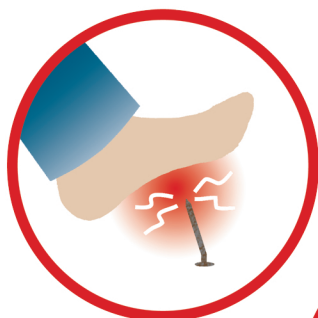


POTRESI

PREPREČEVANJE NALEZLJIVIH BOLEZNI OB POTRESIH

NAJPOMEMBNEJŠE POTI PRENOSA:



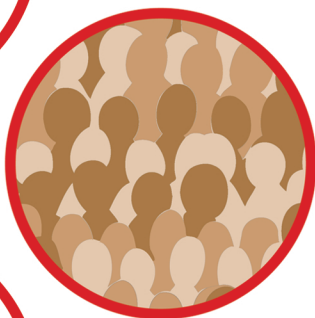
Poškodbe

Zaužitje onesnaženih živil in vode, onesnažene roke in površine



Glodavci in mrčes

Množica ljudi



Kihanje in kašljanje

PREPREČEVANJE:

- Ustrezna obleka in obutev, oskrba poškodb in ran, higiena.
- Uživanje varne hrane in vode, redno umivanje rok z milom in tekočo vodo
 - po uporabi stranišča
 - pred pripravo živil
 - pred jedjo



- Preprečevanje stika z glodavci in njihovimi iztrebki, uporaba zaščitnih sredstev pred mrčesom.
- Prezračevanje zaprtih prostorov in če je le možno, izogibanje množici ljudi.
- Higiena kašlja:
 - kašljanje in kihanje v zgornji del rokava ali v papirnati robček



DOBRO JE VEDETI:

- Povzročitelji nalezljivih bolezni so očem nevidni.
- Če je le mogoče, se je priporočljivo izogibati zaprtim prostorom z večjim številom ljudi, saj je pri tem lahko pride zaradi zaužitja onesnažene hrane in vode.
- Nekateri bolezni se lahko prenesejo z glodavcev mikroorganizme, ki se nahajajo v iztrebkih glodavcev.
- Pomembna je osebna higiena (še posebno umivanje rok) in ustrezno ravnanje s hrano in vodo.
- Pri čiščenju prostorov je tveganje za okužbo z različnimi mikroorganizmi večje, zato v delo ne vključujemo oseb, ki so dovzetnejše za okužbo (otrok, starejših oseb, nosečnic, kronično bolnih). Čim manj naj se tudi zadržujejo v teh prostorih. Priporoča se uporaba osebne varovalne opreme (čelada, obrazna maska s filtrom, rokavice, zaščitna halja...) ter dosledno umivanje in razkuževanje rok.
- Dobra precepljenost zmanjšuje možnost širjenja nalezljivih bolezni.
- S cepljenji se lahko dodatno zaščitimo pred: tetanusom, hepatitisom A, gripo...

prostorom z večjim številom ljudi, saj je pri tem lahko pride zaradi zaužitja onesnažene hrane in vode. na človeka z vdihavanjem zraka, ki vsebuje



ŽIVILA

Čim prej preglejmo obstoječa živila ter jih razporedimo.

Primerno shranimo še uporabna živila (na dvignjeni podlagi npr. na paletah, v temnih in zračnih prostorih) **in zagotovimo varno odstranitev neuporabnih. Neuporabna živila nedvoumno označimo, saj s tem preprečimo nehoteno zamenjavo!**

PREGLED IN IZBOR ŽIVIL

Ohranimo:

- V primeru izpada elektrike za manj kot dve uri v hladilniku ter do 24 ur v zamrzovalniku (do 48 ur v povsem polnem zamrzovalniku) ostanejo živila varna.

Obvezno zavržemo:

- Živila v poškodovani, razpokani, polomljeni, razbiti embalaži.
- Živila, ki vsebujejo tujke (npr. delce embalaže).
- Pločevinaste konzerve z živilii, ki so kakorkoli poškodovane, npr. napihnjene, predrte, zarjavele, brez označb.
- Živila, ki so bila izpostavljena kemičnemu onesaženju, saj praviloma velja, da kemičnih snovi (npr. naftnih derivatov) ne moremo sprati z živil.
- Plesniva živila.

ODPADKI

- Razlito in razsuto hrano pometimo in nemudoma odstranimo, da ne privablja glodavcev in mrčesa. Čim prej vzpostavimo sprotno, ustrezno urejeno odstranjevanje odpadkov.
- Odpadke zbiramo na namenskem območju v zaprtih zbirnih posodah, da preprečimo dostop glodavcev in drugih živali. Območje redno čistimo ter občasno tudi razkužimo.

PITNA VODA

- Spremljamo informacije (upravljaavec vodovoda, civilna zaščita).
- Dosledno upoštevajmo njihova navodila o ukrepih.
- Pogosto je treba vodo prekuhavati – ravnajmo skladno z navodili.
- Lahko uporabljamo embalirano pitno vodo.

Navodila o prekuhavanju vode:

- Razkuževanje pitne vode s prekuhavanjem - 3 minute vretja!
- Če je voda motna, jo predhodno zbistrimo z usedanjem in nato filtrirajmo skozi več plasti čiste, prelikane tkanine ali skozi čist papirnat filter (npr. pivnik, filter za kavo,...).
- Prekuhano vodo shranimo na hladnem v zaprti oz. pokriti posodi, da se naknadno ne onesaži. Za pitje jo uporabljajmo do 24 ur (izjemoma 48 ur).

PROSTORI PO POPLAVAH

- Preverimo, če so prostori statično varni.
- Ne zadržujmo se v poškodovanih prostorih, nastanimo se v začasnih bivališčih.
- Električna in plin (pred vstopom v prostore vedno naprej zagotovimo, da smo varni pred električnim udarom in zastrupitvijo s plinom).
- Zaprte prostore po potresu prezračimo, očistimo, odstranimo morebitne poškodovane predmete.

BODIMO PRIPRAVLJENI:

Že pred morebitno naravno nesrečo se vsi dobro seznanimo spletnih straneh Uprave Republike Slovenije za zaščito in prebivalce <http://www.sos112.si/slo/page.php?src=np41.htm>.

Doma naj bo vedno pripravljena:

- ustrezna zaloga hrane, ki lahko dlje časa stoji in je ni potrebno kuhati (konzerve, prepečenec);
- hrana za bolnika na dieti, za dojenčka;
- ustrezna zaloga vode (vsaj po 2L/osebo);
- zdravila, higienski pripomočki...

Zalogo redno pregledujmo in nadomeščajmo pred potekom roka uporabe.

s priporočili za ravnanje ob potresu, objavljenih na reševanje: Potres – priporočila in navodila za