

Општи јавно-здравствени препораки за населението во поплавените подрачја

1. Обезбедете безбедна вода за пиење

Следете информации од локалните служби за тоа дали водата е безбедна.

До добивање официјална информација за исправноста на водоснабдувањето, користете флаширана вода или вода што е превриена најмалку 10 минути.

На населението од поплавените подрачја се препорачува да користи флаширана вода за пиење, готвење, а доколку користат вода за пиење од локални водоводи, како и од индивидуални или јавни бунари, извори, кладенци, им се препорачува, како превентивна мерка, водата за пиење да ја превриваат во времетраење од 10 минути.

2. Одржувајте лична хигиена

Избегнувајте директен контакт со поплавена вода и редовно мијте ги рацете со сапун и чиста вода. Користете средства за дезинфекција како дополнителна мерка за заштита.

Избегнувајте контакт со вода од поплавите бидејќи може да биде контаминирана со отпадни материји, микроорганизми или хемикалии што може да имаат штетно влијание врз здравјето.

3. Постапување со храна

Фрлете ја храната која дошла во контакт со поплавена вода — може да се контаминирала.

Пред употреба, добро миење на прехранбените производи (овошје и зеленчук од пластениците) со безбедна вода за пиење. Храната да се подготвува со безбедна вода и задолжително термички да се обработува.

4. Спречување појава на глодари и комарци

Поплавите можат да поттикнат размножување на комарци (застојни води), а можна е појава и на глодари - тие можат да бидат преносители на болести.

Иако бројот на комарци е значително намален во овој период, сепак потребно е да се отстрани застојната вода и да се исчисте околината за да се спречи нивно појавување при евентуални потопли денови.

Поголемо внимание посветете на глодари (глевци, стаорци), кои често навлегуваат во објекти по поплави и во студените месеци бараат храна и засолниште. Чувајте ја храната во добро затворени садови. Редовно собирајте смет и држете го добро затворен.

Елиминирајте влажни и оштетени материјали во домот и околината — тоа спречува појава на мувла и на инсекти што можат да се активираат и во ладни месеци.

Се препорачува од јавно здравствен аспект, единиците на локална самоуправа во соработка со ЦЈЗ по повлекување на водата и исушување на почвата во дворните места, да пристапат кон детално механичко (физичко) чистење со отстранување на 2-3 сантиметри од површината на почвата (тињата) поради фекална контаминација и да се спроведе дезинфекција, дезинсекција и дератизација (ДДД) од овластена јавна здравствена установа (ЦЈЗ) по епидемиолошки индикации.

5. Следење на здравствената состојба

Бидете внимателни на симптоми како треска, стомачни проблеми (пр. дијареа), кожни инфекции — тоа може да бидат знаци на болести поврзани со контаминирана вода.

Побарајте веднаш лекарска помош при појава на симптоми како треска, дијареа, кожни инфекции.

Потребно е да се обезбеди присуство на лекар и медицинска сестра во местата најпогодени од поплавените подрачја, со цел пружање на здравствена помош на сите категории население, посебно на лица со хронични заболувања, лица над 65 години, бремени жени и мали деца. Здравствената екипа да биде снабдена со неопходни медицински помагала и лекови за брза интервенција на терен.

6. Информирање и следење на упатства

Следете ги препораките од надлежните служби и постапувајте согласно насоките.

Редовно следете ги известувањата од надлежните служби – општинските органи, Центарот за јавно здравје и службите за водоснабдување.

Стриктно придржувајте се до сите препораки поврзани со употреба на вода, движење во ризични подрачја и евентуални мерки за заштита.

Надлежните ЦЈЗ редовно ја следат состојбата на терен, се во контакт со матичните лекари/ инфектолози и редовно го информираат ИЈЗ за евентуална појава за поголем број заболувања поврзани со поплавените подрачја со цел навремено превземање на мерки за превенција и контрола.

Раководител на одделот за Епидемиологија на заразни заболувања - Д-р Драган Кочински

Институт за јавно здравје