

Havarijní hygienické pokyny pro obyvatelstvo k likvidaci negativních důsledků záplav



MYTÍ RUKOU

- **Myjte si pečlivě a často ruce !!!**
- Toto jednoduché a základní hygienické pravidlo je jedním z nejdůležitějších hygienických opatření, které Vám umožní chránit si své zdraví během obnovy Vašich domovů.
- Myjte si ruce zejména vždy po styku s povrchy, které byly v kontaktu se záplavovou vodou nebo kaly, vždy před jídlem a pitím, vždy než se dotýkáte obličeje, ale i před a samozřejmě po použití WC.

PITNÁ VODA

- K pití používejte pouze vodu, jejíž zdravotní nezávadnost je ověřena.
- **Voda z vlastní studny**
 - Pokud bydlíte v povodní zasažené oblasti a nejste napojeni na veřejný kontrolovaný vodovod, ale máte vlastní studnu, je třeba prověřit kvalitu vody v této studni provedením chemického a bakteriologického vyšetření, i když studna nebyla zatopena. Do doby prověření kvality vody by voda neměla být používána k pití. K pití je možno používat vodu z cisteren s označením „Pitná voda“ (tato by se měla převařovat po dobu 15 minut), nebo vodu balenou. Pokud byla Vaše Studna přímo zatopena, nelze vodu z této studny rovněž používat jako pitnou, a to až do doby po provedené sanaci studny a zjištění vyhovujících výsledků rozboru vody.

POTRAVINY (pokyny pro domácnosti)

■ Zaplavené zemědělské plodiny

- Všechny zemědělské plodiny, které byly zaplaveny povodňovou vodou, kaly a bahnem, je nutné považovat za zdravotně závadné. Tyto plodiny v žádném případě nejezte. O použití ke krmení zvířat musí rozhodnout veterinární lékař.
- Zemědělské plodiny, které nebyly zcela zatopeny a dále rostou, doporučujeme využívat až po hygienické kontrole, nejdříve po třech týdnech po skončení záplav.
- Ovoce na stromech a keřích, které nebylo zaplaveno, je možno jíst po důkladném umytí pitnou vodou.

POTRAVINY (pokyny pro domácnosti)

■ Zaplavené potraviny

- Nejezte potraviny, zaplavené povodňovou vodou, kalem a bahnem s výjimkou potravin hermeticky balených ve skle a plechu (konzervy). Tyto konzervy je však nutno před použitím očistit a dezinfikovat (viz dále).
- Zaplavené potraviny s výjimkou hermeticky balených zlikvidujte (uložte do označených kontejnerů).

POTRAVINY (pokyny pro domácnosti)

- **Čištění konzerv:**
 - odstraňte nálepku,
 - umyjte konzervu v čisté vodě se saponátem,
 - umyjte konzervu v roztoku dezinfekčního prostředku a poté opláchněte pitnou vodou.

- **Zlikvidujte konzervy, jestliže:**
 - obal konzervy (plech, sklo, uzávěr) byl narušen,
 - suchý obsah je zvlhlý,
 - obal je silně pomačkáán - není jistota, zda je obal opravdu neporušen,
 - znečištění uzávěru nelze odstranit očištěním a dezinfekcí.

POTRAVINY (pokyny pro domácnosti)

- Zlikvidujte chlazené nebo mražené potraviny, jestliže:
 - chlazené potraviny byly ponechány nad teplotou 6° C déle než 4 hodiny,
 - mražené potraviny roztály a byly tak ponechány déle než 2 hodiny,
 - jeví jakékoliv odchytky od standardní kvality (např. zapáchají) nebo přišly do styku se záplavovou vodou.

POTRAVINY (pokyny pro domácnosti)

- Zlikvidujte všechny následující potraviny vystavené zátopové vodě:

- otevřená balení, která byla v kontaktu se záplavovou vodou,
- neotevřená balení potravin v papírovém obalu nebo s víčkem z voskovaného papíru, s netěsnícím plastovým víčkem zejména v případě, že obsahují majonézy a dresinky,
- sáčková balení koření, bylin, čaje,
- mouku, obiloviny, cukr, kávu v sáčcích a pytlích,
- všechny potraviny v papírových, látkových a celofánových obalech, i když vypadají jako suché a neporušené (např. sůl, cereálie, těstoviny, rýže, sušenky, crackery, čokoláda, bonbóny aj.),
- všechny potraviny neuzavřené hermeticky (např. instantní kakao, směsi na pečení aj.),
- balené nápoje, které nejsou hermeticky uzavřeny.

Humanitární pomoc oblastem postiženým povodněmi

- Shromažďují se dezinfekční, čistící a ochranné prostředky, pomůcky, nářadí
- Hygienické potřeby
- Balená voda
- Trvanlivé potraviny

- Rozvoz: firmy a soukromé osoby

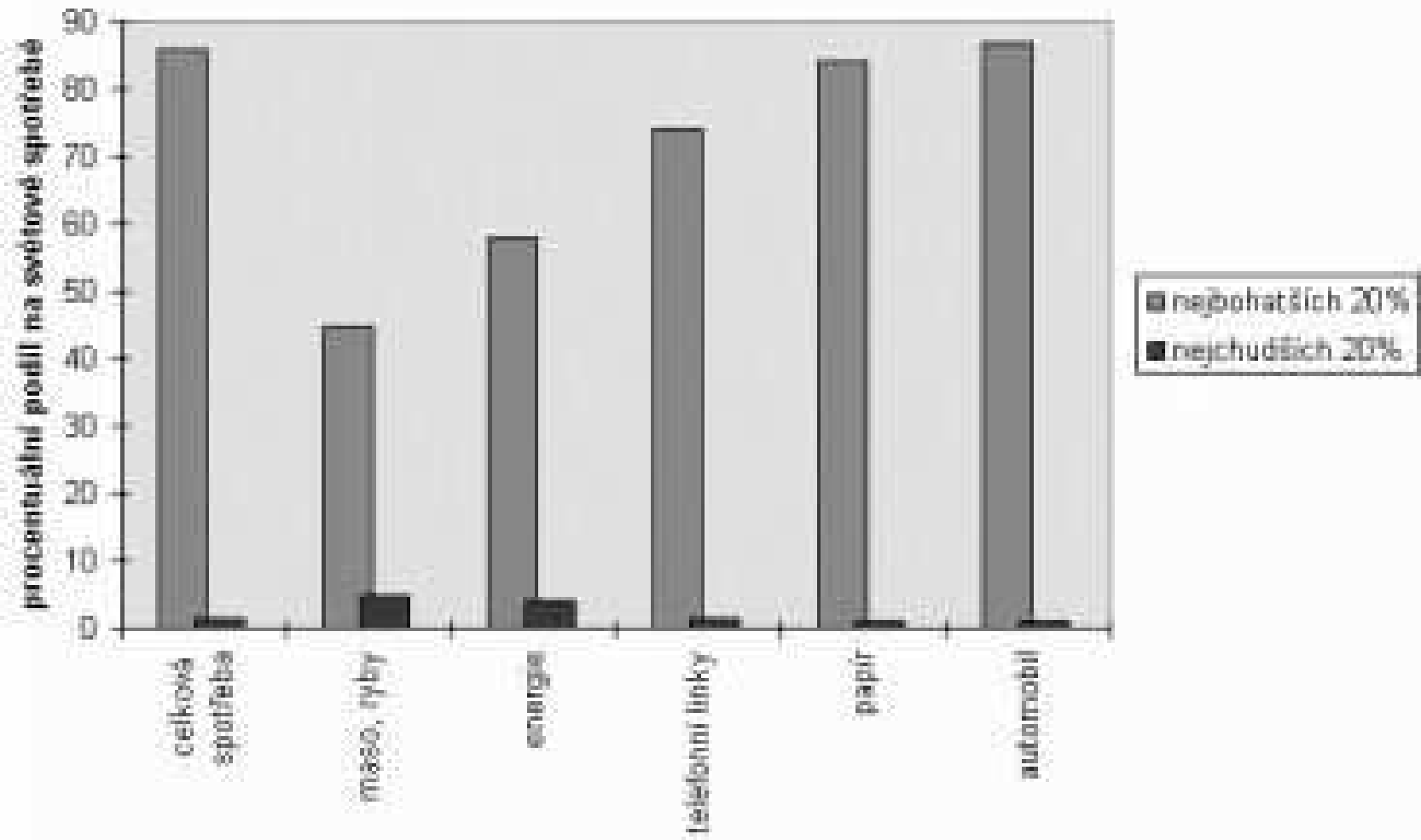
Světový hlad, chudoba



Světový hlad, chudoba

- Rozvojové země - Asie, Latinská Amerika, Blízký východ a Afrika
- Příčiny: chudoba až extrémní chudoba
- 1/5 světové populace (6 miliard) nemá půdu ani žádný majetek
- Přežívají na méně než 1 dolaru denně, trpí nedostatkem pitné vod, neumí číst a psát
- Průměrný americká kočka sní dvakrát tolik bílkovin a stojí více peněz denně
- Nejohroženější skupiny - děti, těhotné a kojící ženy, starší lidé, lidé bez domova, rasové menšiny, matky samoživitelky, nezaměstnaní

Rozdíly ve spotřebě mezi nejbohatší a nejchudší pětinou lidstva



Nedostatek potravy

- ⇒ Hladomor - krutý nedostatek potravy => vyhladovění a smrt z hladu

- V minulých letech - přirozené příčiny hladomoru (záplavy, sucho, otravy (mor)) -v pozadí hladomoru způsobeného lidmi
 - Politické příčiny - zvyšování cen potravin, poklesy výdělků dělníků, změny v politice státu => hlad
 - Čínský hladomor (1959-61) 15-30 miliónů lidí zemřelo (devastace čínského zemědělství)
 - Války - dominantní příčina na celém světě - Angola, Etiopie, Libérie, Mosambik, Somálsko, Sudán - války a politické nepokoje
 - Živelné pohromy - potravní pomoc z celého světa

Malnutrice

Lidí trpících hladomorem
je relativně málo ve
srovnání
s lidmi trpících hladem
a malnutricí



- Dle WHO 1 - 2 miliardy lidí (děti, ženy) - malnutrice -nedostatek energie, bílkovin, železa, jodu, vitamínu A
 - Kwashiorkor
 - Marasmus
 - Specifické deficiencie (anémie, struma, nutriční osteopenie, poškození zraku, kurděje, ...)
- => mentální retardace, poruchy růstu,
slepota, infekce
- => s klesající produktivitou a stoupající
zdravotní péčí klesá ekonomika země

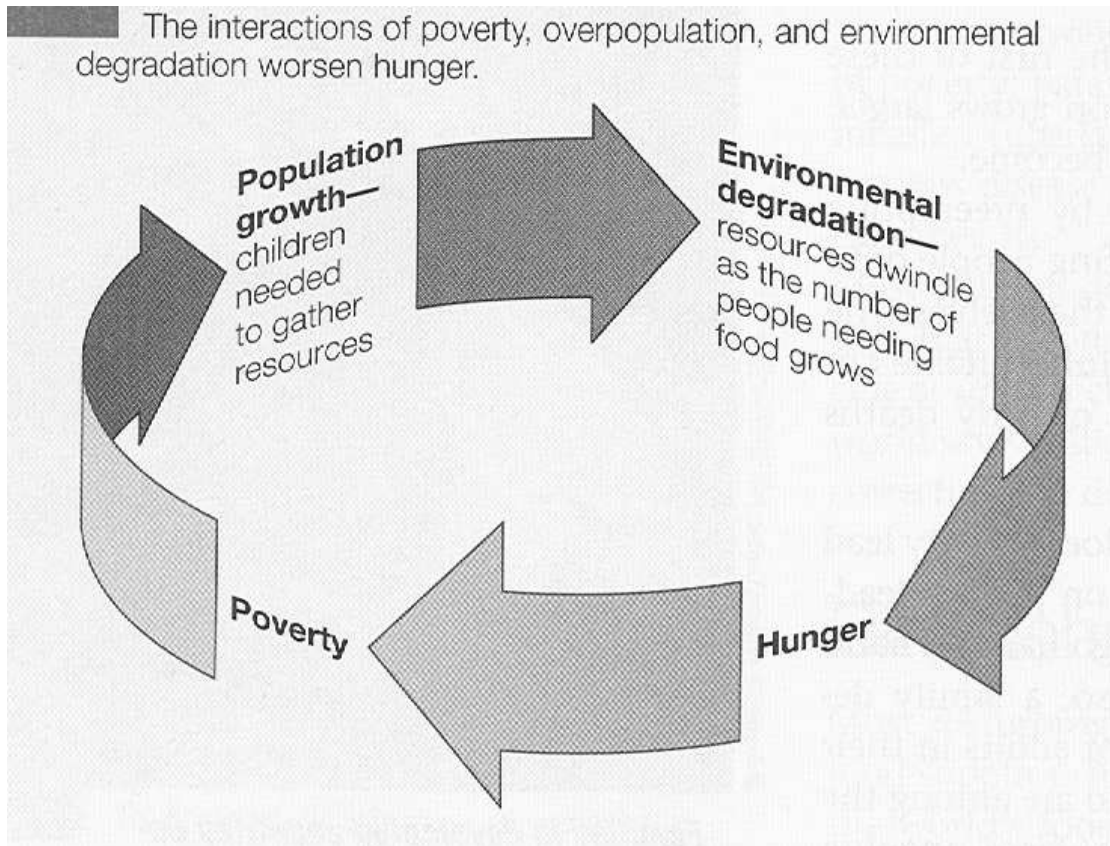
Malnutrice

- 0,5 milionu lidí ročně zemře v důsledku malnutrice (a její komplikace - infekční průjemy a dehydratace)
- Prevence průjemových infekcí:
 - Adekvátní hygiena
 - Bezpečná pitná voda
 - Orální rehydratační terapie (1 c převařené vody, 2 lžíce cukru, špetka soli)

Chudoba versus bohatství

- Chudoba existuje vedle bohatství a dostatku zásob potravin
- Dnešní zásoby obilí mohou nakrmit celou populaci po dobu několika měsíců
- Přelidnění populace brzy přeroste schopnost produkce potravin
- Degradace životního prostředí,
snižující se zásoby vody
=>
limituje růst produkce potravin

Chudoba, přelidnění a degradace životního prostředí



Počet let potřebných k růstu populace

1 miliarda	2 mil.let
2 miliarda	105 let
3 miliarda	30let
4 miliarda	15 let
5 miliarda	12 let
6 miliarda	11 let

Do roku 2033
zdvojnásobení lidské
populace => přesahuje
únosnou mez

Stabilizace populace
=
jediné řešení pro dostatek potravin

Omezení v produkci potravin

- **Erose a zasolování půdy** => ztráta úrodných polí
- **Odlesňování** => erose
- **Znečištění vzduchu** (spalování fosilních paliv) => poškozují úrodu, ztenčují ozón. Vrstvu
- **Tenká ozónová vrstva** => záření (poškozuje i úrodu)
- **Klimatické změny** (teploty, CO_2) => poškození úrody
- **Nedostatek vody** => limituje růst populace, poškozují úrodu
- **Nadměrná pastva dobytka**
- **Znečištění vody a nadměrný rybolov** => nedostatek ryb jako zdroje potravy

Řešení

- Chudí x bohatí
- Boj proti hladu
 - Vláda - podpora udržitelného rozvoje
 - Bussines - velké společnosti podporují programy proti hladu
 - Vzdělání - vzdělání včetně v oblasti výživy
 - Nutriční programy - nutriční pracovníci a managery v oblasti výživy - minimalizace ztrát, zabránění plýtvání, nutriční pomoc, vzdělání
 - Dobrovolníci - dobrovolná pomoc pro boj proti hladu a chudobě ve spojení s mezinárodními organizacemi (FAO, UNICEF, WFP, WHP)

Jak se dopravují potraviny do místa krize

- První otázka: kolik potravin je potřeba pro jaké množství lidí a na jak dlouho
- Doprava potravin: vzduchem, po zemi či přes moře
- Prvně je doprava lodí - největší náklady
 - Potraviny: Obilí, konzervy olejů, konzervovaná strava
- Za extrémních podmínek se dopravu pomocí letadlem přímo do postižených oblastí
- Pomocí kamionů se dopravuje pomoc přes hlavní silnice. Pokud není možné tak např. velbloudi v Súdánu, osli v Andách, čluny při záplavách, sloni v Nepálu



Jak se dopravují potraviny do místa krize

- Jakmile doputuje potravinová pomoc do cíle - uprchlické tábory, léčebná centra, nemocnice a jiné krizové úkryty - dopraví se potravní pomoc přímo do rukou a úst hladovějících
- Zajistit distribuci potravin k nejrizikovějším skupinám: ženy, těhotné matky, děti a staří lidé



Nabídka potravin

- Zvolit typické potraviny a jídla charakteristická pro danou oblast
- Většinou se potravní koš skládá:
 - Ze základních potravin - obilniny, oleje a luštěniny
 - + doplňkové potraviny - maso či ryby, zelenina či ovoce, fortifikované obilninové směsi, cukr a koření
 - Vysoce energetické sušenky, bohaté na mikronutrienty
- Podíl živin:
 - Bílkoviny 10 - 12 % (60 g)
 - Tuky minimálně 17 % energie (40 g)
 - Sacharidy - zbytek

Tsunami

Water and sanitation

UNICEF and partners helped bring clean, safe water to 376,600 people by rehabilitating two permanent and five mobile water treatment plants and providing nine tanker trucks. UNICEF also delivered 224,325 hygiene kits to individuals and families living in camps and temporary centres and trained 1,439 people to teach good hygiene practices.

Tsunami

Water and sanitation

In the immediate aftermath of the disaster, UNICEF distributed 100,000 bottles of water, 25,000 water-purification kits, and essential household and hygiene supplies for 66,000 families. UNICEF joined forces with other agencies to provide safe water daily in nearly 220 camps and settlements, and to date has completed construction of about 2,400 latrines. UNICEF worked closely with the Government of Sri Lanka to develop public information messages on health promotion, prevention of disease and safe hygiene. Some 250,000 people were provided with temporary wooden shelters, but construction of the shelters outpaced construction of water and sanitation facilities; UNICEF continues to help upgrade water and sanitation service in these areas, including contingency planning for the upcoming rainy season.

Opatření pro ČR v rámci tsunami

- Ministerstvo zdravotnictví doporučuje:
 - Osoby, které se vrací z uvedené oblasti (jihovýchodní Asie) a mají příznaky infekčního onemocnění - obraťte se na praktického lékaře
 - Osoby, které se chystají do postižených oblastí - přísně dodržovat zásady osobní hygieny a hygieny při konzumaci potravin (tepelně upravené pokrmy, balená voda, nepoužívat led připravený z místní vody, ovoce pouze loupané, zelenina tepelně upravená) + očkování proti hepatitidě A
 - Osoby, které jsou již na místě - viz zásady výše