

# PRAVIDLA ZÁKLADNÍ HYGIENY PŘI POVODNÍCH

## ZÁKLADNÍ HYGIENICKÉ PRAVIDLO: MYJTE SI PEČLIVĚ A ČASTO RUCE!

---

Myjte si ruce vždy po styku s povrchy, které byly v kontaktu se záplavovou vodou nebo kaly, obzvláště pokaždé před jídlem, pitím a také před kouřením. Dále vždy, než se dotýkáte obličeje, ale i před a po použití WC. Ruce a obličej si utírejte do papírových ubrousků. Máte-li rýmu, používejte papírové kapesníky na jedno použití.

### DŮLEŽITÁ UPOZORNĚNÍ:

**K pití používejte pouze vodu, jejíž zdravotní nezávadnost je ověřena!**  
**Při všech pracích užívejte ochranné pomůcky, především gumové rukavice a pevnou nepromokavou obuv!**

## PO VSTUPU DO DOMU ČI BYTU ZKONTROLUJTE IHNED STAV POTRAVIN!

---

**Nejezte zaplavené potraviny** s výjimkou potravin hermeticky balených ve skle a plechu (konzervy). Tyto konzervy je však nutno před použitím očistit a dezinfikovat (postup: omytí v čisté vodě se saponátem, poté v roztoku dezinfekčního prostředku a opláchnutí pitnou vodou). **Zlikvidujte konzervy, jestliže mají narušený nebo silně pomačkaný obal, zvlhlý obsah nebo silně znečištěný uzávěr!**

Ostatní zaplavené potraviny zlikvidujte (uložte do označených kontejnerů).

**Zlikvidujte chlazené nebo mražené potraviny**, jestliže byly chlazené potraviny vystaveny teplotě vyšší než 6 °C déle než 4 hodiny a jestliže mražené potraviny roztály a byly tak ponechány déle než 2 hodiny.

**Zlikvidujte všechny potraviny vystavené zátopové vodě, jedná-li se o otevřená balení. Dále zlikvidujte všechny potraviny v papírových, sáčkových, látkových a celofánových baleních, a to i neotevřených. Totéž platí pro veškeré potraviny neuzavřené hermeticky.**

**Nekonzumujte zaplavené zemědělské plodiny. Je nutno považovat je za zdravotně závadné!**

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.

**Máte-li jakékoli pochybnosti o nezávadnosti potraviny, zlikvidujte ji!**

**V případě prvních příznaků onemocnění (bolest břicha, průjem, zvracení, zvýšená teplota) raději kontaktujte svého lékaře. Nepodceňujte počáteční lehké příznaky!**

## PO NÁVRATU JE NUTNO BYT VYSUŠIT, UKLIDIT A DEZINFIKOVAT!

---

- Udělejte v místnostech průvan.
- Je-li to možné, použijte ventilátory nebo teplovzdušné zdroje.
- Odstraňte všechno bahno a nečistoty z povrchů důkladným umytím vodou a mechanickým očištěním.
- Odstraňte veškerý zvlhlý interiérový materiál – tapety a omítky.
- Všechny dutiny ve zdech, podlaze a stropěch musí být otevřeny, vyčištěny a pečlivě vysušeny.
- Nábytek, podlahy, zdi a nádobí dezinfikujte pomocí k tomuto účelu určených dezinfekčních prostředků. K dezinfekci povrchů (nikoliv k dezinfekci pitné vody!) lze použít například přípravek Savo (ředění dle návodu na použití). Nechte působit 30 minut nebo zaschnout. Totéž platí pro dezinfikování dopravních prostředků.
- Dezinfikované nádobí nezapomeňte opláchnout pitnou vodou, stejně tak i hračky.

## ZÁSOBOVÁNÍ PITNOU VODOU

---

**POKUD NEJSTE NAPOJENI NA VEŘEJNÝ VODOVOD, NEODEBÍREJTE VODU Z VLASTNÍHO ZDROJE, NENÍ-LI SANOVÁN A NENÍ-LI PROVEDEN ROZBOR KVALITY VODY S USPOKOJIVÝM VÝSLEDKEM!**

**POSTUP PŘI SANACI STUDNÍ POSTIŽENÝCH POVODNĚMI** je uveden v aktuálních příspěvcích na internetových stránkách Ministerstva zdravotnictví a Státního zdravotního ústavu.

### NEZAPOMEŇTE OČISTIT A DEZINFIKOVAT ODĚVY A PRÁDLO!

---

Znečištěné prádlo dezinfikujte k tomuto účelu určenými prostředky. Vhodné jsou například chlorové preparáty. **POZOR! Chlorové preparáty mají bělicí účinky!** Vždy používejte gumové rukavice.

Prádlo po dezinfekci vyperte obvyklým způsobem za použití pracího prášku.

Cennější šatstvo, které nelze dezinfikovat, vysušte a nechte vyčistit v profesionální čistírně. Prádlo, které snese vyvářku, perte při teplotě nejméně 90 °C nebo jej vyvařte po dobu 10 minut a následně vyperte.

Totéž platí pro polštáře a přikrývky.

### RIZIKO INFEKČNÍCH ONEMOCNĚNÍ

---

**Při práci v zatopených prostorách a při jejich čištění jsou osoby vystaveny riziku infekce.** Jedná se o infekce přenášené vodou kontaminovanou lidskými výkaly pocházejícími z žump a čistíren odpadních vod (např. úplavice, žloutenka typu A) a vodou kontaminovanou výkaly zvířat v případě některých infekcí přenosných na člověka (např. leptospiróza či tularémie, žloutenka typu E).

Jejich původci mohou vniknout do organismu člověka i nepatrně poškozenou kůží (např. oděrkami a záděrami). Snažte se tedy co nejvíce omezit styk vody a bláta s nechráněnou kůží. **Při práci vždy používejte holínky nebo jinou pevnou nepromokavou obuv a gumové rukavice, popřípadě použijte i ochranu očí.** Znečištěné prádlo ošetřete výše uvedeným způsobem.

**Po skončení úklidových prací ruce vždy řádně umyjte a dezinfikujte přípravkem s virucidní (protivirovou) účinností.** Alkoholové dezinfekční přípravky nanášejte na suchou pokožku! Po dezinfekci ruce nechte zaschnout, neoplachujte a ošetřete regeneračním krémem.

**Pokud zjistíte jakoukoliv odchylku od normálního zdravotního stavu (např. zvýšenou teplotu, bolest břicha, průjem), ihned kontaktujte lékaře a informujte ho, že jste pracovali v zaplaveném prostředí.**

Další informace k ochraně zdraví při povodních naleznete na stránkách Ministerstva zdravotnictví ([www.mzd.gov.cz](http://www.mzd.gov.cz)) a Státního zdravotního ústavu ([www.szu.cz](http://www.szu.cz)) a na sociální síti **X @Hygiena\_cz**.