

# PRAVIDLA ZÁKLADNÍ HYGIENY PO ZÁPLAVÁCI

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

Ruce si myjte pitnou vodou a mýdlem a utírejte do papírových ubrousků vždy zejména po styku s povrchy, které byly v kontaktu se záplavovou vodou nebo kaly, vždy před jídlem, pitím a také před kouřením. Dále vždy než se dotýkáte obličeje, ale samozřejmě i po použití WC. Ruce a obličej utírejte do papírových ubrousků. Máte-li rýmu, používejte papírové kapesníky pro jedno použití. Po styku se znečištěným materiálem suché ruce dezinfikujte alkoholovými přípravky (např. Spitaderm, Sterilium, Promanum N, Spitacid).

### 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 IHNEDE STAV POTRAVIN!!!

**Nekonzumujte zaplavené potraviny** s výjimkou potravin hermeticky balených ve skle a plechu. Tyto lahve a konzervy je však nutno před použitím umýt v čisté vodě se saponátem, poté v roztoku dezinfekčního prostředku a opláchnout pitnou vodou. **Zlikvidujte konzervy, jestliže mají narušený nebo silně pomačkaný obal, silně znečištěný uzávěr!**

Ostatní zaplavené potraviny zlikvidujte (uložte do označených kontejnerů).

**Zlikvidujte chlazené potraviny**, jestliže potraviny byly ponechány nad teplotou 6° C déle než 4 hodiny a **mražené potraviny**, pokud rozmrzly.

**Zlikvidujte všechny potraviny vystavené zátopové vodě, jedná-li se o otevřená balení, která byla v kontaktu se záplavovou vodou, dále všechna i neotevřená papírová, sáčková, látková a celofánová balení a všechny 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 (bolení břicha a křeče v břiše, průjem, zvracení, zvýšená teplota, vyrážka) raději kontaktujte svého lékaře. Nepodceňujte počáteční lehké příznaky!**

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

- Větrejte objekt průvanem.
- Odborně nechte zkontrolovat statiku objektu a stanovit rozsah poškození a návrh postupu asanačních prací.
- Zprovozněte inženýrské sítě: elektřinu, plyn, telefon, vodu a před zapojením nechte provést kontrolu odborníky.
- Odstraňte všechny nečistoty, nánosy bahna, zeminy, zničené předměty a zařízení.
- Vysoušejte zdivo pomocí přístrojů, ale vždy za přístupu čerstvého vzduchu.
- Z místnosti vyneste veškerý poškozený nábytek, koberce, předměty apod., postupujte od horních pater směrem dolů. Vždy při práci používejte osobní ochranné pomůcky včetně gumových rukavic a nepromokavých bot.
- Nepoškozený nábytek a předměty dezinfikujte, dopravní prostředky nechte asanovat v servisu.
- Zabezpečte odvoz poškozených výrobků a jejich likvidaci.
- V okolí objektů zajistěte trvalé a důsledné odvodňování (vyčištění kalů, odpadů, dešťovodů) a nezapomeňte také na kontrolu komínů.

- Je nutno zlikvidovat všechny výrobky z nasákavých a porézních materiálů, které byly zasaženy záplavovou vodou nebo bahnem (papír, filtrační materiály, dřevo) a folie z plastů.
- U elektrických a strojních zařízení, kde je demontáž problematická a neodborný zásah či opětovné neodborné smontování výrobku by mohlo ohrozit uživatele či obsluhu, je nutné, aby po mechanické očištění tyto úkony provedla servisní služba nebo výrobce. Čistit a dezinfikovat je nutné všechny části výrobku včetně skrytých prostor a otvorů z vnější i vnitřní strany. Pokud tato zařízení či výrobky přicházejí do přímého styku s potravinami a po provedené sanitaci vykazují viditelné změny (popraskání, poškrábání, odloupaní povrchových vrstev, zrezivění apod.), nebo zapáchají, mění barvu a chuť, nelze je pro styk s potravinami použít. Totéž platí i pro keramické výrobky, plastové tenkostěnné obaly a plastové kanystry.
- Výrobky, které jsou nasákavé a odolávají působení dezinfekčních a čisticích prostředků, se očistí nejlépe tlakovou vodou, omyjí se roztoky detergentů, opláchnou pitnou vodou a dezinfikují (např. chlorovými přípravky – Savo, Chloramin T v koncentracích a době působení doporučených výrobcem), opět se opláchnou pitnou vodou a osuší. Lze použít i fyzikální postup dezinfekce (var po dobu 10 minut, horký suchý vzduch v troubě při teplotě 160 ° C po dobu 60 min., myčky nádobí s dezinfekčním roztokem atd.).

### **PRAVIDLA PŘI LIKVIDACI PLÍSNÍ V BUDOVÁCH A BYTECH**

- Na narostlou plíseň na stěnách je vhodné použít k prvnímu dezinfekčnímu zásahu přípravky s fungicidními (protiplísňovými) účinky.
- Podle rozsahu plísně je nutné volit vhodný aplikační postup – postřík, omytí, otření včetně různých kombinací těchto postupů, a dezinfekci provádět i opakovaně.
- Mechanicky odstraňte po dezinfekci zbytky plísně (dle individuální situace volte nejvhodnější způsob – škrábání, otlučení na omítku).
- Plíseň nikdy neodstraňujte za sucha před aplikací přípravku, aby nedošlo k rozptýlení zdraví škodlivých výtrusů. Při likvidaci plísně používejte ochranné pracovní pomůcky a ochranu dýchacích cest.
- Odstraňte primární příčiny (stavební či teplotně vlhkostní poměry), které zajišťují vhodné podmínky pro rozvoj plísní.
- Po dezinfekci a na zaschlé stěny je vhodné aplikovat přípravky k preventivní ochraně proti plísním ve formě nátěrů před malbou i přímo na omítku.
- Zajistěte vhodné proudění vzduchu (intenzivní a časté větrání) a neprovádějte jiné práce, dokud stěny nezaschnou.

**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 zatopených studní:**

- Provádějte očištění a dezinfekci studní za přítomnosti nejméně 3 osob, pro případ poskytnutí první pomoci osobě, která sestupuje do studny.
- Mechanicky očistěte vnější stěny studny a čerpací zařízení od nánosů bahna a nečistot a opravte poškozené části vnějšího krytu studny. Důkladně opláchněte čistou vodou, nejlépe tlakovou.
- Otevřete studnu a úplně vyčerpejte vodu.
- Zjistěte, zda se ve studni nevyskytují jedovaté plyny a zda je u dna dostatek kyslíku – nejjednodušší způsob kontroly je spuštění zapálené svíčky na dno studny. V případě bezkyslíkatého prostředí svíčka zhasne, v případě výskytu metanu dojde ke vzplanutí.
- Důkladně mechanicky (např. kartáčem nebo tlakovou vodou) očistěte vnitřní stěny studny, čerpací zařízení a dno studny. Důkladně opláchněte čistou vodou a vodu opět úplně vyčerpejte.
- Omyjte vnitřní stěny studny 0,05% roztokem chlornanu sodného (pokud používáte např. přípravek Savo Originál, získáte tento roztok nadávkováním 100 ml Sava Originál do 10 litrů vody, tj. 2½ plného uzávěru).

- Opláchněte stěny studny čistou vodou a vodu znovu vyčerpajte.
- Odstraňte stávající pokryv dna (štěrk, hrubozrnný písek) a vyměňte za nový, případně za starý, důkladně propraný.
- Nechte studnu naplnit vodou a v případě, že je voda dále kalná, pokračujte v čerpání až do vymizení zákalu.
- Proved'te konečnou dezinfekci vody. Při provádění dezinfekce respektujte návod k použití daného výrobku. K tomu je vždy potřeba znát aspoň přibližně objem vody ve studni. V případě použití chlorového přípravku, použijete dávku odpovídající 1 mg aktivního chloru na litr vody (např. u přípravku Savo Originál to znamená dávku 100 ml Sava na 1 m<sup>3</sup> vody, tj. 2½ plného uzávěru). Přípravek nalijte opatrně do studny a krátkým zapnutím čerpadla či jiným způsobem promíchejte. Nechte působit alespoň 8 hodin, je vhodné po 2 až 3 hodinách nasát dezinfikovanou vodou také do potrubí, kterým se voda ze studny čerpá do domu nebo na zahradu.
- Teprve po provedené dezinfekci a obměně vody za čerstvou je možno odebrat vzorek vody k provedení laboratorní kontroly.
- U vrtaných studní se doporučuje, aby vyčerpání a dezinfekci provedla odborná firma.
- Do doby, než lze vodou použít jako pitnou, je nutné k pití, výplachu úst či vaření pokrmů používat výhradně vodu balenou. Vodu lze použít jako užitkovou, např. k mytí či splachování WC.

### DEZINFEKCE ODPADNÍCH SIFONŮ A ŽUMP

Provádět dezinfekci obsahu žump má smysl pouze před povodní, kdy se očekává její vyplavení (1 kg chlorového vápna na 1 m<sup>3</sup> obsahu žumpy); k dezinfekci odpadních sifonů před povodní použijte 5% roztok Chloraminu T (20 vrchovatých polévkových lžic na 10 litrů vody) nebo zalejte odpad např. neředěným přípravkem Savo Originál.

### NEZAPOMEŇTE OČISTIT A DEZINFIKOVAT ODĚVY A PRÁDLO!!!

Silně znečištěné prádlo namočte na 4 hodiny do 3 % roztoku Chloraminu T (připravíte rozpuštěním 12 vrchovatých polévkových lžic prášku v 10 litrech studené vody) nebo na 8 hodin do roztoku Sava originál (připravíte nalitím 1 litru Sava originál do 9 litrů vody).

Méně znečištěné prádlo namočte po dobu 1 hodiny do 1% roztoku Chloraminu T (připravíte rozpouštěním 4 vrchovatých polévkových lžic v 10 litrech vody) nebo do Sava Originál (1 litr Sava Originál nalijte do 9 litrů vody). Prádlo po dezinfekci vyperte obvyklým způsobem za použití pracího prášku.

#### **POZOR! Chloramin T a Savo mají bělicí účinky!**

Cennější šatstvo, které nelze dezinfikovat, vysušte a nechte vyčistit v profesionální čistírně. Prádlo, které snese vyvářku, perte při teplotě nejméně 90°C nebo vyvařte po dobu 10 minut a následně vyperte. Prádlo vyžehlete. Je nutné zabránit kartáčování a prášení. Totéž platí pro polštáře a přikrývky.

**POZOR! Savo originál, jiné přípravky obsahující chlornan sodný, Chloramin T nikdy nepoužívejte s jinými přípravky obsahující kyseliny, může dojít k uvolnění toxického plynu chloru!!**

### PÉČE O POKOŽKU OSOB PO SKONČENÍ ÚKLIDOVÝCH PRACÍ

Po skončení úklidových prací vždy ruce dezinfikujte přípravkem s virucidní (protivirovou) účinností. Alkoholové přípravky nanášejte na suchou pokožku! Po dezinfekci ruce nechte zaschnout, neoplachujte, a ošetřete regeneračním krémem. Pokožku celého těla a vlasy umyjte vodou a šamponem případně s dezinfekčním účinkem (např. Octenisan), utřete a ošetřete regeneračním krémem. Postupujte vždy podle doporučení a návodu výrobce!

Veškerá poranění pokožky, hnisání, vyrážky apod. konzultujte s lékařem. V případě zvýšeného výskytu bodavého hmyzu používejte repelenty.

## RIZIKO INFEKČNÍCH ONEMOCNĚNÍ

Při práci v zatopených prostorách a při jejich čištění mohou být osoby vystaveny riziku infekce. Jedná se jednak o infekce přenášené vodou kontaminovanou lidskými výkaly pocházejícími z žump a čističek odpadních vod (např. bacilární úplavice, žloutenka typu A) a vodou kontaminovanou výkaly zvířat, v případě některých infekcí přenosných na člověka (např. leptospiróza či tularémie). Jejich původci mohou vniknout do organismu člověka i nepatrně poškozenou kůží (např. oděrkami a záděrami). Snažte se tedy omezit styk vody a bláta s tělem pokud možno co nejvíce. Při práci používejte vždy holínky a gumové rukavice. Ruce si po skončení práce vždy řádně umyjte a dezinfikujte. Znečištěné prádlo ošetřete výše uvedeným způsobem.

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

MUDr. Vladimír Valenta, Ph.D.  
Hlavní hygienik České republiky

doc. MUDr. Leoš Heger, CSc.  
ministr zdravotnictví České republiky

Další informace – Ministerstvo zdravotnictví ČR: [www.mzcr.cz](http://www.mzcr.cz)  
Hlavní hygienik ČR: tel.: 224 972 433, e-mail: [nh@mzcr.cz](mailto:nh@mzcr.cz)