

洪涝灾害期间,如何安全饮水?

洪涝灾害后,如何做好预防性消毒?

运城市疾控中心发布健康提示

一、洪涝灾害期间,如何安全饮水?

洪涝灾害之后,洪水可能淹没或者破坏水源地及制配水的设施设备,这样的话,水源就要受到污染,自来水管线等可能会出现破损、渗漏,这样水源性传染病发生的风险是显著增加的。

为了预防水源性疾病,首先,我们要选择卫生安全的水。灾害初期,我们可以选择瓶装水、桶装水和应急供水。如果当地不具备提供饮用瓶装水、桶装水条件的时候,水一定要烧开之后再喝。在洪水过后,被淹没的水井一定要彻底清淤。清掏之后,冲洗干净,经过消毒,检测合格后再恢复使用。对于自来水,我们一定要检查它是不是出现浑浊、是不是有异味,自来水是要经过消毒的,消毒剂指标一定要合格。在正式恢复供水之前,自来水要经过疾控部门的检测。

其次,不喝来源不明或受污染的水,不用来源不明或受污染的水来刷牙、漱口、洗菜等。用来盛水的桶、碗、盆等容器要经常消毒,消毒后用洁净的水冲干净。

再次,避免接触不安全的水。洪涝灾害后,每个人都要养成良好的卫生习惯,不在水源地附近随意倾倒垃圾和污水,不随地大小便,以免污染水源和周边环境。

在洪涝灾害后,饮用水安全方面,最重要的事情就是尽量喝开水、尽量喝符合标准的饮用水。

二、洪涝灾害后,如何做好预防性消毒?

在洪涝灾害结束后,由于连续的降雨,死亡畜禽和各种污物随水流动,积水中夹杂的污水、垃圾等污染物里,可能含有大量危害健康

的细菌、病毒、霉菌等微生物,易引发传染病,为防止传染病的发生,确保“大灾之后无大疫”,有针对性地及时开展灾区的清洁与预防性消毒工作,能有效降低洪涝灾害后的健康风险。

(一)室内区域

对被洪水淹没过的地铁站、商场、居民房屋等室内区域,及时进行彻底卫生处理,做到先清理、后消毒。物体表面、墙壁、地面可采用有效氯500mg/L含氯消毒剂进行喷洒、擦拭消毒,作用30分钟。应保持室内空气流通,以自然通风为主,通风不良的场所可采用机械通风。

(二)室外区域

对被洪水淹没过的街道、社区等室外公共活动区域进行彻底的清扫,改善环境卫生。清理完成后,再开展消毒处理。墙壁、地面可采用有效氯500mg/L含氯消毒剂进行喷洒、擦拭消毒,作用30分钟。

(三)饮用水

在洪涝灾害期间,应根据源水水质变化情况,及时使用混凝剂和消毒剂或加大混凝剂和消毒剂的使用量,保证出水水质符合GB 5749的要求。优先选择饮用瓶装水,如无瓶装水,则所有饮用水应煮沸后饮用。

(四)交通工具

地铁、公交车等交通工具清污后,对交通工具内部物体表面(如车体内壁、司机方向盘、车内扶手、桌椅等),用有效氯500mg/L的含氯消毒剂喷洒,作用30分钟,消毒后再用清水擦拭干净。座位套等织物可按一般生活垃圾处理;如需保留,应及时清洗、消毒。织物消毒可采用煮沸30分钟的方法,或先用有效氯500mg/L含氯消毒剂浸泡30分钟再清洗。

(五)生活用品

家具、洁具、办公用品等清污

后,用有效氯500mg/L的含氯消毒剂冲洗、擦拭或浸泡,作用30分钟,或采用200mg/L二氧化氯、1000mg/L过氧乙酸、1000mg/L季铵盐类消毒剂进行消毒处理,消毒时间15分钟至30分钟。消毒后再用清水擦拭干净。

(六)餐(饮)具

餐(饮)具清洗后首选煮沸消毒,煮沸时间应在15分钟以上。也可使用消毒剂进行浸泡消毒,如用有效氯250mg/L至500mg/L含氯消毒剂浸泡30分钟,消毒剂浸泡后,应用清水冲洗干净。

(七)食品

应及时处理被洪水浸泡过或腐败变质的食品,不食用任何被洪水浸泡过的食品。可蒸煮食品应充分加热后食用。

(八)手和皮肤

参与灾后环境清污消毒、动物尸体处理等工作后,均应进行手消毒,可选用有效的手消毒剂进行消毒,作用时间不低于1分钟。因长时间被洪水浸泡造成皮肤红肿、损伤者应及时就医,也可用碘伏或其他皮肤消毒剂进行涂抹消毒。

(九)垃圾

对于一般生活垃圾无需进行消毒处理,应做好卫生管理工作,日产日清。对于含有腐败物品的垃圾,可喷洒有效氯5000mg/L至10000mg/L含氯消毒剂,作用60分钟后收集并进行无害化处理。

(十)动物尸体

对清理出的新鲜动物尸体,应尽快深埋或火化;对已经发臭的动物尸体,可用有效氯5000mg/L至10000mg/L含氯消毒剂喷洒尸体及周围环境,去除臭味并消毒,然后再进行深埋处理或火化。尸体清理后,需要对相关场所进行消毒处理,可选用有效氯1000mg/L至2000mg/L含氯消毒剂喷洒,作用30分钟至60分钟。



提素养 促健康

—2024年版“健康素养66条”

释义连载

14. 蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等会传播多种疾病。

蚊子、苍蝇、老鼠、蟑螂等病媒生物能直接或间接传播多种疾病,可引起人群感染,导致疾病的传播和流行,造成感染人群发病甚至死亡。

蚊子可以传播疟疾、乙脑、登革热、寨卡病毒病等疾病。保持环境卫生,消除蚊子孳生地。蚊幼虫生活在水中,要清理环境中的各类积水,无法清理的积水,可定期投放杀蚊幼剂。根据情况选用纱门、纱窗、蚊帐、蚊香、杀虫剂、驱避剂等防蚊灭蚊用品,防止蚊子叮咬,预防蚊传疾病。

苍蝇可以传播霍乱、痢疾、伤寒等消化道疾病。搞好环境卫生,管理好垃圾、粪便、污物,消除苍蝇孳生地,可有效控制苍蝇数量。不乱丢垃圾、生活垃圾袋装化,不随地大小便、处理好宠物粪便等,可有效减少苍蝇孳生。安装纱门、纱窗、防蝇门帘等防蝇设施,切断侵入途径。保管好食物,防止苍蝇叮爬。优先使用苍蝇拍、灭蝇灯、粘蝇纸(带、绳)等物理方法灭蝇。

老鼠可以传播鼠疫、流行性出血热、钩端螺旋体病等多种疾病。搞好环境卫生,减少老鼠的藏身之地;安装防鼠门、防鼠网、封堵孔洞等。同时,保管好食物,减少老鼠对食物的污染。杀灭老鼠可以使用鼠夹、鼠笼、粘鼠板等捕鼠工具,还可使用安全、高效的药物灭鼠。要注意灭鼠药的保管和使用方法,防止人畜中毒。

蟑螂可以携带痢疾、伤寒等多种病原菌,其排泄物与尸体中的蛋白可诱发人的过敏性鼻炎和哮喘。蟑螂多生活在温暖、潮湿、食物丰富的环境中,保持室内干燥、清洁,可以减少蟑螂的孳生。要将食物密闭存放,餐具冲洗干净,炉灶保持清洁,及时清理餐厨垃圾。可以使用杀蟑饵剂等药物或粘蟑纸杀灭蟑螂。

15. 不加工、不食用病死禽畜。不猎捕、不买卖、不接触、不食用野生动物。

许多疾病可通过动物传播给人,如炭疽、狂犬病、人感染高致病性禽流感、布鲁氏菌病、棘球蚴病(包虫病)、绦虫病、囊虫病、血吸虫病等。

预防动物源性疾病传播,要做到:

不与病畜、病禽接触;接触禽畜后要洗手;不加工、不食用病死、死因不明或未经卫生检疫合格的禽畜肉;不吃生的或未煮熟、煮透的禽畜肉和水产品;不猎捕、不买卖、不食用野生动物。食用野生动物违反相关法律法规。

任何单位和个人发现禽畜类出现发病急、传播迅速、死亡率高、异常情况等,应及时向当地农业农村畜牧兽医主管部门或动物疫病预防控制机构报告。

家庭药品储藏知多少

药品在每个家庭里是一种特殊而又必不可少的物品。而在药品的使用过程中,您是否常常忽视了药品的储存?冷藏?冷冻?遮光?避光?存在“不知道,不会看,分不清”的情况?药品储存不当,会导致药品的性质发生变化,有效期缩短,疗效降低,还可能增加不良反应发生风险。因此,正确存储药品,药品质量、药效才能得到保证。

今天,就让我们一起探讨怎样正确储存药品,守护好家人的

健康。

首先,大家在购买药品后,应仔细阅读原包装上的信息和说明书,按照要求来储存药品。药品的保存条件是:室温(如大多数片剂、胶囊、颗粒)、阴凉处(滴眼液、外用乳膏、抗肿瘤药、口服液)、凉暗处(部分抗生素类、酶类制剂)、冷处(如胰岛素、活菌制剂、静注人免疫球蛋白等)保存,还要注意密封,避光(硝酸甘油)等。

另外,药品存储时建议保留

其原包装,保证药品标签完整、清晰。原包装不在的,一定要把药品的名称、用途、用法、用量、注意事项和有效期等详细标明。最好每3个月~6个月清理一次药品,查看药品是否超过有效期或变质,如药品出现片剂松散、变色;糖衣片的糖衣粘连或开裂;胶囊剂的胶囊粘连、开裂;丸剂粘连、霉变或虫蛀;散剂严重吸潮、结块、发霉;眼药水变色、浑浊;软膏剂有异味、变色或油层析出等情况,请勿继续使用。由此可见,药品储藏并不是一件小事,不得有半点马虎,为了大家平安幸福的生活,只有“藏”好药,才能治好病。

◆ 本文作者:
运城市妇幼保健院
药剂科 周雪

正确
药品
存放

| | |
|-----|----------------|
| 阴凉处 | 温度不高于20℃ |
| 凉暗处 | 避光且温度不高于20℃ |
| 凉处 | 温度控制在2℃~10℃之间 |
| 常温 | 温度控制在10℃~30℃之间 |

健康中国

运城行动(125)

运城市卫生健康委员会 运城日报社 合办

投稿热线:15503590928

