

## Hygienická opatření při hromadných nákazách

**V poslední době se stále častěji hovoří ve sdělovacích prostředcích o hrozbě hromadných nákaz -bioterrorismu.**

Třebaže nám válka či teroristický útok bezprostředně nehrozí, existují zásady, které by měli lidé znát v případě hrozby hromadných nákaz obyvatelstva různými mikroorganismy. Ty jsou schopny za určitých podmínek vyvolat u člověka infekční onemocnění, které může při nedodržování zásad chování přerůst v epidemii.

K hlavním orgánům, které jsou oprávněny nařizovat mimořádná opatření při epidemii a při nebezpečí jejího vzniku patří Ministerstvo zdravotnictví a Krajské hygienické stanice. Mezi základní protiepidemická opatření, která jsou v takovém případě přijímána patří :

- zákazy nebo omezení nakládání s výrobky, kterými může být šířeno infekční onemocnění,
- zákaz nebo omezení styku skupin osob podezřelých z nákazy s ostatním obyvatelstvem – karanténní opatření ,
- vyčlenění lůžek ve zdravotnických zařízeních,
- provedení dekontaminace na celém zasaženém území,
- mimořádné očkování a preventivní podávání jiných léčiv ke zvýšení odolnosti osob.

A jaké jsou obecné hygienické zásady ochrany před proniknutím nebo zanesením nákazy do organismu ?

- **K pití i mytí používat pouze prověřenou vodu.** Zásadně nepoužívat vodu z neznámých a nezjištěných zdrojů. Dokud není jistota, že pitná voda je nekontaminovaná, upravovat vodu převařením a to nejméně po dobu desíti minut, čímž se zničí živé bakterie.
- **Nejíst pevnými obaly nechráněné nebo neprověřené potraviny.** Máte-li pochybnost o nezávadnosti potravin, raději je nepoužívejte. Ke konzumaci volit pokud možno tepelně upravené potraviny.
- **Dodržovat ve zvýšené míře zásady osobní hygieny.** Základem je umývat si ruce vždy před jídlem a po něm, po styku s kontaminovanými povrchy, před a po použití WC. Pokud je to možné, používat mýdlo s antibakteriálním účinkem.
- **Nedotýkat se uhynulých zvířat, ptáků a jiných podezřelých předmětů.**
- **Sledovat svůj zdravotní stav a při prvních příznacích onemocnění ihned vyhledat zdravotnickou pomoc.** Rozvoj onemocnění je vždy doprovázen základními příznaky, mezi které patří horečka, zánět, vyrážka a další reakce imunitního systému.
- **Používat vhodné prostředky k individuální ochraně.** I improvizované prostředky osobní ochrany mohou představovat významnou bariéru znesnadňující zanesení nákazy do organismu.

V ochraně proti nebezpečným nákazám nelze použít jednoduchý a univerzální systém. Konkrétní protiepidemická opatření určí orgány ochrany veřejného zdraví v závislosti na druhu onemocnění a tato opatření jsou závazná pro každého občana.

*Příště : Nebezpečné látky v našem okolí*