

5

ПЛАН ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГІГІЄНИ ТА ПОВОДЖЕННЯ З ВІДХОДАМИ



План із забезпечення гігієни та поведження з відходами є необхідним для підтримання здорових умов життя під час стихійних лих. Як показують дослідження, відновлення каналізаційної та водовідвідної інфраструктури в більшості випадків займає значно більше часу, ніж відновлення інших видів інфраструктури, таких як система постачання питної води.

ШВИДКІ КРОКИ ДЛЯ ПОЧАТКУ

- Особиста гігієна
- Що робити з відходами домогосподарства та тварин
- Що робити з побутовим сміттям
- Прання під час стихійного лиха
- Питання приватності
- Особливості септичної системи



ОСОБИСТА ГІГІЄНА



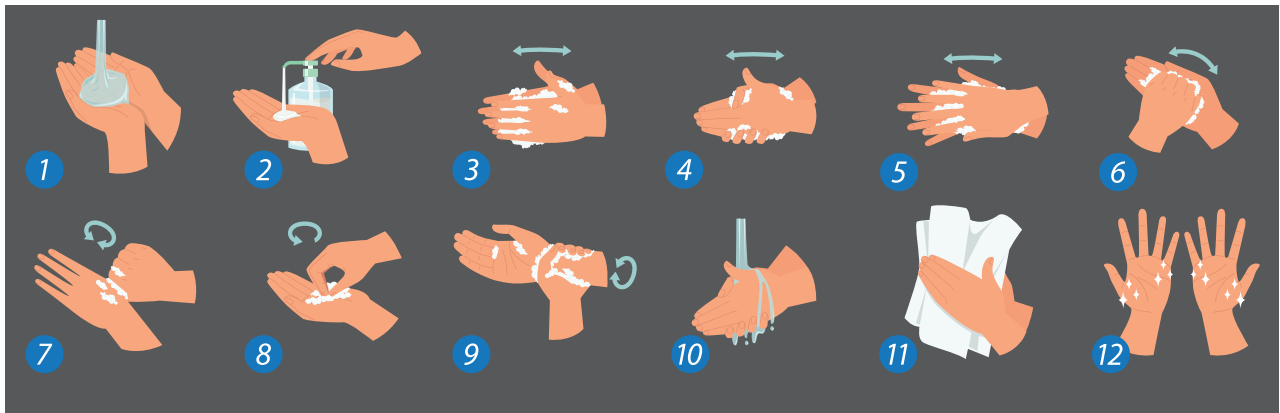
ВАЖЛИВО ВРАХУВАТИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕКИ

- Не купайтеся у воді, яка може бути забруднена каналізаційними водами або токсичними хімічними речовинами, а також у річках чи озерах, забруднених паводковою водою, стічними водами або відходами тварин.
- Кільком людям не слід використовувати одну й ту саму воду для купання.
- Якщо у вас є колодезь із питною водою, дотримуйтеся рекомендацій місцевих органів охорони здоров'я щодо використання води з колодезя для душу та купання.
- У разі значного підтоплення або якщо ви підозрюєте, що вода в колодезі забруднена, зверніться до органу охорони здоров'я на місцевому рівні, на рівні штату або до плеїнного органу за рекомендаціями щодо перевірки та знезараження води.
- Використовуйте лише чисту воду для чищення зубів; після надзвичайної ситуації водопровідна вода може бути забрудненою.

Під час тривалих надзвичайних ситуацій, коли внутрішня водопровідна система може не працювати як слід, необхідно підтримувати особисту гігієну, щоб уникнути інфекцій та подразнень шкіри. Ось кілька тимчасових рішень, які допоможуть заощаджувати воду:

- Дитячі серветки або інші гігієнічні серветки.
- Сухий шампунь.
- Антисептик для рук на спиртовій основі.
- Розчин води з відбілювачем: влийте 1/8 чайної ложки відбілювача на галон води, перемішайте та залиште на 30 хвилин.

Регулярно мийте руки, щоб запобігти поширенню мікробів.



ЩО РОБИТИ З ВІДХОДАМИ ДОМОГОСПОДАРСТВА ТА ТВАРИН

ВАЖЛИВО ВРАХУВАТИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕКИ



- Кожного разу після роботи з пакетами, що містять відходи життєдіяльності людей і тварин, ретельно мийте руки.
- Пакуйте відходи у подвійні пакети й тримайте їх окремо від іншого сміття і подалі від їжі та води.
- Підтримуйте чистоту на подвір'ї, прибираючи відходи тварин, щоб зменшити ризик інфекцій і захворювань.
- Не використовуйте пінопластові трубки для басейнів як сидіння для системи з двома відрами. Вони накопичують бактерії.
- Підпишіть кожне відро, щоб усі у вашому домогосподарстві знали, які відходи куди йдуть.

Навіть якщо ви ретельно підтримуєте чистоту навколо себе та особисту гігієну після стихійного лиха, відходи життєдіяльності людини можуть становити небезпеку для здоров'я. Поводитися з відходами слід у простий, недорогий та ефективний спосіб, щоб захистити громадське здоров'я через обмеження контакту з відходами. З відходами життєдіяльності людини можна поводитися двома способами: туалет із ямою та система з двома відрами.



1. Туалет із ямою

Це звичайна яма в землі, яку під час надзвичайної ситуації використовують для збирання відходів життєдіяльності людини, як рідких, так і твердих. Він найкраще підходить для сільської місцевості з відкритими просторами, але його також можна використовувати у міських умовах, якщо дотримано вимоги щодо розташування. Все, що вам потрібно, – це лопата, щоб викопати яму.

2. Система з двома відрами



Цей метод передбачає використання відер об'ємом 5 галонів і міцних пластикових пакетів. Щоб визначити, скільки відер вам знадобиться, розрахуйте виходячи приблизно з 5 галонів відходів на одну людину на тиждень. Цей метод найкраще підходить для щільно забудованих міських районів з обмеженим відкритим простором і високим рівнем ґрунтових вод. Обов'язково позначте одне відро для рідких відходів, а інше для твердих. Розділення рідких і твердих відходів зменшує об'єм і запах, завдяки чому зберігання і утилізація стають безпечнішими та простішими.

ЯК УТИЛІЗУВАТИ ВІДХОДИ

Обов'язково правильно зберігайте та утилізуйте відходи, щоб запобігти поширенню захворювань, таких як гепатит А, E. coli (кишкова паличка) та C. diff.

Рідкі відходи.

- Якщо можливо, додавайте до відра воду, щоб розбавити вміст.
- Виливайте на газон, у сад або на ґрунт.
- Туалетний папір викидайте у відро для твердих відходів.

Тверді відходи.

- Після кожного використання засипайте відходи тирсою, землею тощо, щоб вони підсихали.
- Наповнюйте відро не більше ніж наполовину.
- Пакуйте відходи у подвійні пакети й тримайте їх окремо від іншого сміття і подалі від їжі та води.
- Слідкуйте, щоб тварини, мухи та щури не мали доступу до відходів.

Відходи від засобів менструальної гігієни.

- Одноразові тампони та гігієнічні прокладки слід викидати в окремий пакет для сміття.
- Якщо ви користуєтеся менструальною чашею, її вміст можна вилити в туалет із ямою або у відро для твердих відходів.

Відвідайте веб-сайт www.rdpo.net/emergency-toilet, щоб отримати додаткову інформацію.

ЩО РОБИТИ З ПОБУТОВИМ СМІТТЯМ



ВАЖЛИВО ВРАХУВАТИ ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕКИ

- Не спалюйте пластик, пінопласт або інші матеріали, які виділяють токсини під час горіння.
- Враховуйте сухі умови та спалюйте сміття лише у відповідних місцях.
- Якщо закопуєте сміття, викопайте яму щонайменше 4 фути завглибшки та засипте її шаром ґрунту не менше 18 дюймів, щоб не приваблювати комах і тварин.

Старайтеся щодня зменшувати кількість побутових відходів. Тоді впоратися з цим під час стихійного лиха буде значно легше. Ось найкращі способи утилізації побутового сміття:

- Відокремлюйте та компостуйте харчові відходи.
- Зминайте банки та коробки, щоб зменшити об'єм сміття.
- Ущільнюйте, якщо можливо.
- За можливості відокремлюйте та спалюйте сміття.
- За можливості закопуйте папір і компостовані відходи у неглибоких ямах. Закопуйте сміття якомога далі від житла та враховуйте рівень ґрунтових вод.
- Щоб зменшити запах, перекладайте сміття шарами ґрунту, попелу, вапна або бури.



ПРАННЯ ПІД ЧАС СТИХІЙНОГО ЛИХА

Стихійні лиха можуть призвести до відсутності електроенергії та звичних зручностей, таких як пральні машини та сушарки. Хоча верхній одяг зазвичай можна носити кілька днів без прання, регулярна заміна або прання нательної білизни допомагає зменшити ризик інфекцій і подразнень. Ось чотири альтернативні способи прання одягу:



- 1. Спосіб із пральною дошкою:** Для цього потрібно терти тканину руками або використовувати пральну дошку. Це займає багато часу, але є надійним способом прання невеликої партії одягу. 💰 💰 🕒 😬 😬 😬
- 2. Спосіб із відром і вантузом:** Покладіть брудний одяг і мийний засіб у відро, наповнене водою, із кришкою, у якій зроблено отвір для вантуза. Одяг перемішується за допомогою вантуза. Можна придбати готову модель такого пристрою, але підійде і якісний продезінфікований вантуз із кількома отворами у верхній частині гумової насадки. 💰 💰 🕒 😬 😬 😬
- 3. Ручна пральна машина:** Ручна пральна машина – це портативна пральна машина, схожа на центрифугу для салату, яка підходить для прання невеликої кількості легкого одягу. Для прання однієї партії достатньо використати один галон води. Вода зливається знизу, а чиста вода додається зверху. 💰 💰 🕒 😬 😬
- 4. Спосіб моряків:** Раніше моряки наповнювали міцний чорний смітєвий пакет брудним одягом, водою та милом. Чорний пакет нагрівав воду під дією сонячних променів, а завдяки руху судна одяг перемішувався. Цей спосіб можна використовувати, злегка натискаючи на пакет, щоб перемішувати одяг. Це практичний спосіб прання великих речей, таких як ковдри або спальні мішки, які не поміщаються у відра об'ємом 5 галонів. 💰 🕒 🕒 😬 😬



Після завершення вилийте залишки води на газон, у сад або на ґрунт.

ПИТАННЯ ПРИВАТНОСТІ

Під час підготовки до надзвичайних ситуацій не завжди враховують потребу в приватності, але вона може суттєво впливати на здоров'я та безпеку людей після стихійного лиха. Приватність є важливою під час купання, користування туалетом, годування грудьми, переодягання та сушіння одягу, якщо немає доступу до сушарки.

- Додайте до своїх запасів ширму або брезент, щоб за потреби створити приватний простір.
- Заздалегідь включіть до свого набору для надзвичайних ситуацій усі необхідні засоби для грудного вигодовування.

ОСОБЛИВОСТІ СЕПТИЧНОЇ СИСТЕМИ

Вам слід знати, де розташована ваша септична система і з яких елементів вона складається, ще до виникнення надзвичайної ситуації. Це також корисно знати для її технічного обслуговування. В органах округу можуть зберігатися дані про місця встановлення септичних систем.

Якщо система не обладнана насосом, усі резервуари мають вхідну та вихідну труби. Звичайний рівень стічних вод відповідає рівню вихідної труби. У більшості випадків цю трубу можна побачити, відкривши доступ до резервуара. НЕ заходьте всередину резервуара.

Ознаки того, що система працює:

- Водопостачання працює.
- Є електроенергія, деякі системи потребують її для роботи насоса.
- Вода в унітазі змивається, а раковини нормально зливають воду.

Ознаки того, що система не працює:

- Ґрунт навколо септичної системи зсунувся.
- На подвір'ї з'явилися незвично вологі або м'які ділянки.
- Можна відчути запах каналізації.
- Вода або стічні води піднімаються у ванній кімнаті на нижньому поверсі або через підлогові зливи.

Якщо рівень у септичному резервуарі високий, стічні води можуть не виходити з нього. Якщо рівень низький, може бути пошкоджений сам резервуар або трубопровід між будинком і резервуаром. Зазвичай рівень у резервуарі можна перевірити, якщо є доступ до оглядового отвору на рівні землі.

Якщо у вас виникли проблеми із септичним резервуаром:

- Обмежте використання води в домі та використовуйте систему з двома відрами або туалет із ямою, поки не буде виконано ремонт.
- Не підпускайте людей і тварин до септичної системи, поки вона не запрацює знову.
- Для ремонту або заміни септичної системи звертайтеся лише до ліцензованих фахівців.
- Якщо стічні води залишаються під землею і не піднімаються, користування системою може бути допустимим. Уникайте будь-яких ситуацій, у яких можливий контакт із відходами.

План забезпечення гігієни та поведження з відходами:

- Не використовуйте латексні рукавички під час утилізації відходів.
- Дізнайтеся у вашому об'єднанні співвласників житла (НОА), менеджера нерухомості або в адміністрації багатоквартирного будинку, чи є заздалегідь визначені місця для облаштування туалетів із ямою.
- З'ясуйте, де проходять підземні комунікації, щоб не пошкодити їх і не затримати відновлення системи.

ВПРАВИ: Стор. 75-78

