

Міністерство охорони здоров'я України з метою попередження виникнення та розповсюдження багатьох захворювань, у тому числі і інфекційних, фактором передачі яких вважаються такі шляхи, як аліментарний (через харчі), водний та контактно-побутовий, завжди наголошує на необхідності застосування профілактичних заходів.

Населення для господарсько-питних потреб використовує водопровідну воду у разі наявності в населеному пункті водопроводів з необхідним комплексом водозабірних, водоочисних, знезаражуючих споруд, розподільної мережі, а також з персоналом, обслуговуючим таке обладнання. В сільській місцевості для задоволення потреб у питній воді використовуються в основному джерела нецентралізованого водопостачання. Якщо для визначення стану питної води громадських колодязів, каптажів,свердловин виконуються певні обсяги лабораторних досліджень, то індивідуальні джерела залишаються поза увагою служб нагляду та контролю.

В нашій області періодично відбуваються надзвичайні ситуації у вигляді повеней та паводків, які призводять до підтоплення джерел питної води. Саме в таких випадках погіршується її стан, як за санітарно-хімічними, так і бактеріологічними показниками. Споживання води з таких колодязів, прибудинкових свердловин може бути потенційно небезпечним. Справа у тому, що бактерії, які спричиняють захворювання, тривалий час можуть жити та розмножуватися у воді. Тому воду з таких джерел необхідно очищати. І це Для початку потрібно оцінити питну воду за органолептичними показниками, а саме кольором, запахом, наявністю плівки та піни. Неприємний запах, плівка, піна, забарвленість води вже свідчать про те, що її заборонено використовувати для пиття та готування їжі. А якщо вода пройшла такі тести, то її можна знезаразити. Методи прості та доступні у побуті. Найбільш надійний спосіб, це кип'ятіння. Треба витратити не менш 10 хвилин з наступним охолодженням води та її відстоюванням.

Для знезараження води використовують таблетки з активним хлором, активоване вугілля. Якщо активованого вугілля на кожен літр води потрібно 5 таблеток з контактом не менш 8 годин, то використовувати таблетки з активним хлором потрібно за інструкцією, що додається до препарату. Для знезараження води можна використовувати марганцівку з додаванням кількох кристаликів на 1 літр. Таку воду треба відстоювати, фільтрувати, щоб уникнути проблем із кишківником. У крайніх випадках можна використовувати і спиртовий розчин йоду. На літр води достатньо 3-4 крапель йоду. Після годинного очікування воду слід профільтрувати, а після такого знезараження декому слід використовувати її з обережністю, особливо особам з ураженою щитоподібною залозою.

Питна вода після знезараження стає профілактичним засобом щодо виникнення та розповсюдження інфекційних хвороб, що передаються через воду (гострі кишкові інфекції). Завжди треба пам'ятати, що пити воду потрібно тільки кип'ячену або дезінфіковану, такою ж водою мити руки з милом, коли повертаєтесь додому, після відвідування туалету, під час приготування їжі та її прийому, а для приготування їжі використовувати кип'ячену або бутильовану воду.

А якщо у когось з'явилися ознаки інфекційних захворювань, а саме підвищення температури тіла, лихоманка, запаморочення, головний біль, болі в животі, нудота, пронос, нежить, кашель, пожовтіння шкіри, склер очей, висипи на тілі, поява гнійників тощо, не треба зволікати, а негайно зверніться по медичну допомогу, не допускайте самолікування. **Такі** прості заходи, які доступні кожному, підготовлені з урахуванням **рекомендацій ДУ "Центр громадського здоров'я Міністерства охорони здоров'я України". Вони і допоможуть зберегти здоров'я кожному з нас.**