

VARNOST ŽIVIL V IZREDNIH RAZMERAH

- POPLAVE

Med naravnimi katastrofami, zlasti poplavami, se lahko živila onesnažijo s površinsko vodo, ki je mikrobiološko in kemično onesnažena ter vsebuje nevarne mikroorganizme iz odplak in odpadnih voda, kanalizacijskega sistema, živali in ljudi.



Živila in pitna voda ob poplavah

Neurejeni higienski pogoji, vključno s pomanjkanjem varne pitne vode, sanitarij in pomanjkanjem primernih pogojev za pripravo hrane, so med poplavami že bili vzrok masovnih izbruhov bolezni, povzročenih z onesnaženimi živili. V izrednih razmerah je uživanje varnih živil zelo pomembno, saj je človek izpostavljen psihičnim in fizičnim naporom, stresu, pomanjkanju, podhranjenosti ... To še posebej velja za otroke, nosečnice in starejše ljudi ter za ljudi z oslabljenim imunskim sistemom, ki so dovzetnejši za okužbe in zastrupitve z živili.

V izrednih razmerah je pitna voda iz javnih vodovodov pogosto onesnažena. Takrat jo je treba prekuhavati ali kako drugače pripraviti za varno uporabo v prehranske namene. Lahko pa uporabljamo embalirano pitno vodo. V izrednih razmerah zato spremljamo informacije upravljavca vodovoda oziroma drugih pristojnih inštitucij o kakovosti pitne vode, ki jih objavljajo v sredstvih javnega obveščanja. Dosledno upoštevamo njihova navodila o morebitnih ukrepih (prekuhavanje², prepoved uporabe pitne vode za prehranske namene, izpiranje hišnega vodovnega omrežja ...).

²Priporočila, navodila, mnenja za pitno vodo/Navodilo o prekuhavanju pitne vode:

http://www.ivz.si/Mp.aspx?ni=115&pi=5& 5_id=413& 5_PageIndex=0& 5_groupId=245& 5_newsCategory=& 5_action>ShowNewsFull&pl=115-5.0

A. VARNOST ŽIVIL MED POPLAVO

Če smo na možnost poplave pravočasno obveščeni in se nanjo lahko pripravimo, umaknemo vsa živila iz potencialno ogroženih prostorov v varne prostore.

Med poplavo umaknemo in prenesemo vsa nepoškodovana živila iz poplavljenih prostorov v varne prostore.

Varno in higiensko skladiščenje živil

- Živila skladiščimo v suhih, zračnih, hladnih in temnejših prostorih.
- Živila se ne smejo dotikati sten in tal. Ohranjena živila polagamo na palete, deske, debele veje, opeke, plastične vrečke ali folije. Vrečke zložimo eno na drugo, in sicer križem, tako da je omogočeno zračenje.
- Razlito in razsuto hrano pometemo na kup in nemudoma odstranimo, da ne privablja glodavcev (podgan, miši ...).
- Živil nikoli ne skladiščimo skupaj s kemikalijami, kot so goriva, gnojila, škropiva, belila, čistila ..., temveč ločeno v drugih prostorih.

B. POSTOPANJE PO UMIKU VODE IZ POPLAVLJENIH PROSTOROV, V KATERIH SHRANJUJEMO ŽIVILA

RAVNANJE Z ŽIVILI

Pregled in izbor živil

- Živila, ki so prišla v stik s poplavno vodo, zavržemo.
- Vsa živila pregledamo, če morda ne vsebujejo tujkov (koščkov stekla, drobcev drugih poškodovanih predmetov ...). Živila, ki vsebujejo tujke, zavržemo.
- Na mokrih živilih in na zalogah suhe zelenjave, sadja in žitaric v vlažnem okolju se pogosteje pojavlja plesnivost. Nekatere plesni izločajo toksine - strupe, ki so zdravju škodljivi. Zato plesniva živila vedno zavržemo.
- Vsebino iz poškodovanih vreč, ki ni bila v stiku s poplavno vodo, preložimo v nove vreče, ki jih skladiščimo ločeno od nepoškodovanih in jih prednostno porabimo.

- Zavrėci je treba pločevinaste konzerve z živil, ki so kakorkoli poškodovane, npr. so napihnjene, predrte, zarjavele, brez označb in živila v poškodovani, razpokani, polomljeni stekleni embalaži.
- Živila v originalno zaprti, nepoškodovani pločevinasti in stekleni embalaži, ki je prišla v stik s poplavno vodo, so najverjetneje varna. Če je le možno, zunanost embalaže pred uporabo očistimo in jo v celoti operemo. Površino embalaže po možnosti tudi razkužimo z ustreznim razkužilom po navodilih proizvajalca. Pazimo, da razkužilo ne pride v stik z živilom.
- Živila, ki so bila izpostavljena kemičnemu onesnaženju, je treba zavrėci. Na splošno velja, da kemičnih snovi ne moremo sprati z živil (npr. naftnih derivatov ...).



Živila v hladilnikih in zamrzovalnikih

- Če hladilniki in zamrzovalniki niso bili poplavljeni in do izpada električne energije ni prišlo, lahko v njih shranjena živila uporabimo.
- Hladilnike in zamrzovalnike odpiramo le, kadar je to nujno potrebno.

Med izpadom električne energije hladilnikov in zamrzovalnikov ne odpiramo, če to ni nujno potrebno.

V primeru izpada elektrike, ki traja **manj kot dve uri**, so živila v hladilnikih in zamrzovalnikih varna. Med tem časom naj bodo vrata hladilnih naprav zaprta oziroma naj se odpirajo čim manj.

V primeru izpada elektrike, ki traja **več kot dve uri**:

- **Hladilniki:** če hladilnika ne odpiramo, bodo živila v njem ohranila ustrezno temperaturo približno štiri ure. Če smo že vnaprej opozorjeni, da bo prišlo do izpada elektrike, ki bo trajal več kot štiri ure, si priskrbimo ustrezno količino ledu in hladilne blazinice za dodatno hlajenje živil v hladilniku. Priporočljivo je, da embalarana živila skupaj z ledom zavijemo v več plasti papirja.
- **Zamrzovalniki:** v zamrzovalniku, ki je napolnjen z živilom do polovice, bodo živila varna do 24 ur. V zamrzovalniku, ki je z živilom popolnoma napolnjen, bodo živila varna do 48 ur. Vrat zamrzovalnika ne odpiramo, če ni nujno potrebno. Če zamrzovalnik ni popolnoma napolnjen z živilom, naj bodo živila zložena čim bolj skupaj.

Po vrnitvi električne energije moramo preveriti ustreznost živil. Nikoli ne ocenjujemo živil samo po videzu in vonju. Če pa je že videz ali vonj živil sumljiv ali neprimiren, živila raje zavrzimo.

Hladilniki:

- če je izpad elektrike trajal manj kot štiri ure in hladilnika nismo odpirali, so živila v hladilniku varna;

- če je temperatura v hladilniku zrasla **nad 8 °C za manj kot dve uri**, hitropokvarljiva živila (meso, perutnina, ribe, mleko, mehki siri, gotove jedi) **porabimo takoj**;
- če je temperatura v hladilniku zrasla **nad 8 °C za več kot dve uri**, hitropokvarljiva živila (meso, perutnina, ribe, mleko, mehki siri, gotove jedi) **zavržemo** (glej Tabelo 4);
- ostala, manj občutljiva živila, kot so zelenjava, sadje, trdi siri, cela jajca so varna dalj časa.

Preverimo vsako živilo posebej, v pomoč za oceno varnosti so nam lahko podatki v tabelah 4 in 5.

Tabela 4: Varnost živil, shranjenih v hladilniku, ob izpadu električne energije - kdaj so živila še varna in kdaj živila niso varna (povzeto po USDA - United States Department of Agriculture)

Skupina živil	Vrsta živila	Hranjeno nad 8 °C več kot 2 uri
MESO, PERUTNINA, MORSKI SADEŽI	Meso: surovo, odtajano, toplotno obdelano, perutnina, ribe, morski sadeži, nadomestki mesa - sojino meso	ni varno
	Solate z mesom, s tuno, s piščancem, jajčne solate	
	Mesne omake, nadevi, bujoni	
	Odprte mesne in ribje pločevinke	
	Mesne obare, juhe, enolončnice	
SIRI	Siri mehki, narezani siri, siri z manj maščobe	ni varno
	Siri trdi, topleni siri, nariban parmezan	varno
MLEKO IN MLEČNI IZDELKI	Mleko, smetana, kislá smetana, pinjenec, jogurt, sojino mleko, puding	ni varno
	Otroške formule, odprto	varno
	Maslo	
MARGARINA		varno
JAJCA IN JAJČNI IZDELKI	Jajca brez lupine, jajčne jedi, jajčni izdelki, kreme	ni varno
SADJE	Sadje sveže narezano	ni varno
	Sadni sok	varno
	Pločevinka s sadjem	
	Sveže sadje, kokosov oreh, rozine, suho sadje, kandirano sadje, dateljni	
OMAKE, NAMAZI	Omake za špagete odprt kozarec, tatarska omaka, namazi: mlečni, ribji, mesni, zelenjavni, majoneza	ni varno
	Gorčica, kečap, olive, kumarice	varno
	Arašidovo maslo	

	Sojina omaka	
PECIVA, TESTENINE, ŽITA	Peciva, polnjena s kremo, s sirom	ni varno
	Kuhane testenine, riž	
	Sadni zavitki, vafliji, pite s sadjem	varno
ZELENJAVA	Zelena solata, narezana, oprana	ni varno
	Zelenjava kuhana	
	Enolončnice, juhe, obare	
	Krompir: kuhan, pečen, krompirjeva solata	
	Zelenjava surova	varno
	Zelišča, začimbe	

Povzeto po: http://www.fsis.usda.gov/wps/portal/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keeping-food-safe-during-an-emergency/CT_Index 24.2.2014

Tabela 5: Varnost živil, shranjenih v zamrzovalniku, ob izpadu električne energije - kdaj so živila še varna in kdaj živila niso varna (povzeto po USDA -United States Department of Agriculture)

Skupina živil	Vrsta živila	Odtajano in hranjeno nad 8°C več kot 2 uri
MESO, PERUTNINA, MORSKI SADEŽI	Meso: v kosu, zrezki, mleto meso, perutnina, ribe	ni varno
	Drobovina	
	Mesne enolončnice, omake, juhe	
	školjke, morski sadeži	
MLEKO IN MLEČNI IZDELKI	Mleko	ni varno
	Jajce brez lupine in jajčni izdelki	
	Sladoled, zamrznjen jogurt	
	Sir (mehki in pol mehki)	
	Rezani siri	
	Pecivo s sirom	
	Enolončnice, ki vsebujejo mleko, smetano, jajca, mehki sir	
Trdi siri	varno	
KRUH, PECIVO	Kruh, keksi, pecivo, sladice - vse brez nadeva	varno
	Keksi, pecivo, polnjeno s kremo ali sirom	ni varno
OSTALA ŽIVILA	Enolončnice s testeninami ali rižem, klobase, mesna pita	ni varno
	Oreški	varno

Povzeto po: http://www.fsis.usda.gov/wps/portal/food-safety-education/get-answers/food-safety-fact-sheets/emergency-preparedness/keeping-food-safe-during-an-emergency/CT_Index 24.2.2014

Zamrzovalniki: preverimo vsako živilo posebej. Če so v živilu še prisotni ledeni kristali, je živilo varno in ga ponovno zamrzujemo. Taka živila so varna, a so lahko slabše kakovosti. Če je živilo popolnoma odtajano, ga ponovno ne zamrzujemo, ampak ga takoj porabimo ali zavržemo.



Vir: myfoodmaps.com, pridobljeno 14. 6. 2012.

Skrbno je treba preveriti, ali so katera gotova živila, ki jih toplotno ne obdelamo več (na primer sladice, narezki, solate), prišla v stik s sokom surovega mesa. Taka živila zavržemo.

ZAGOTAVLJANJE JAVNE PREHRANE

- Pri obsežnih poplavah, kjer je prizadeto večje število gospodinjstev, je običajno organizirana javna kuhinja ali delilna mesta tople hrane. Priporočljivo je, da se ljudje tega poslužujejo.

ČIŠČENJE PROSTOROV

- Prostore prezračimo.
- Iz prostora odstranimo vse odstranljive predmete ter tako pripravimo prostor za čiščenje in razkuževanje tal in sten. Pri tem preverimo stanje stenskih in talnih oblog (ploščice, premazi ...).
- Tla in stene prostorov, ki so bili poplavljeni in zato onesnaženi z naplavinami, zemljo, blatom ipd., najprej očistimo s čisto vodo. Pri tem si lahko pomagamo s plastično cevjo kot podaljškom na pipi, tako da lahko dosežemo in očistimo celoten prostor.
- Onesnažene predmete mehansko očistimo s čisto vodo, čistili in krtačo za čiščenje.
- Razkužimo tla in stene. Razkužimo predmete, ki smo jih predhodno odstranili iz prostora. Uporabljamo ustrezno razkužilo (npr. klorove preparate ...). Čistila in razkužila pripravimo in uporabimo vedno po navodilih proizvajalca.
- Očiščene in razkužene prostore nato prezračimo in ogrejemo. Tako poskrbimo, da se čim prej posušijo.
- Ko so prostori, police, oprema, čisti in suhi, lahko živila vrnemo na prvotno mesto.

VARNOST PRI DELU

Električna in plinska

Pred vstopom v vedno najprej zagotovimo



varnost

poplavljene prostore varnost električne in plinske

napeljave!

Poskrbimo za osebno varnost

Pri čiščenju poplavljenih prostorov je tveganje za okužbo z različnimi mikroorganizmi večje, zato v delo ne vključujemo za okužbe dovzetnejših oseb (otroke, starejše osebe, nosečnice, kronične bolnike).

Preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni

Priporočamo uporabo osebne varovalne opreme (rokavice, zaščitna halja, gumijasti škornji) ter dosledno umivanje in razkuževanje rok!

Zaščita pred plesnimi

Stoječa voda in odvečna vlaga med poplavami nudijo ugodne pogoje za razrast plesni, kar lahko predstavlja tveganje za zdravje ljudi. Prostore, ki so bili poplavljeni in zaprti več dni, obravnavamo kot da so onesnaženi s plesnimi. Pri delu v takih prostorih zato uporabimo še dodatno osebno varovalno opremo (zaščitne obrazne maske FFP3, gumijaste rokavice, nepropustna očala).

VIRI:

1. World Health Organisation. Preventive food safety measures in the aftermath of natural disasters. Pridobljeno s spletne strain 13. 2. 2012: http://www.who.int/foodsafety/foodborne_disease/emergency/en/index1.html
2. Centers for Disease Control and Prevention. Emergency Preparednes and Response. Reentering Your Flooded Home. Pridobljeno s spletne strain 13. 2. 2012: <http://www.bt.cdc.gov/disasters/mold/reenter.asp>