



Sigurnost hrane nakon poplava

Nakon poplave, ljudi moraju procijeniti sve namirnice, te površine i opremu za njihovu pripremu i odlučiti šta je neupotrebljivo, a šta se nakon određenih postupaka može koristiti za ishranu. Kao jedna od posljedica poplava je kontaminacija vode iz javnog vodovoda, pa ista ne može biti sigurna za piće. Voda nakon poplava može biti kontaminirana različitim patogenima i kontaminantima porijeklom iz kanalizacije, te životinjskog i drugih vrsta otpada. U prilogu se nalaze savjeti kako postupati sa hranom i vodom u područjima koja su pretrpjela poplave.

Hrana

- Nemojte jesti hranu koja je bila ili je mogla doći u dodir sa poplavnom vodom. Ako ste u nedoumici, bacite je.
- Nemojte jesti hranu pakovanu u ambalažu od plastike, papira, kartona, tkanine, i slične posude koje su oštećene poplavnom vodom.
- Odbacite hranu i pića koja su došla u kontakt sa poplavnom vodom, a nalaze se u posudama sa navojnim kapama, snap poklopcima, tvist čepovima i hranu konzerviranu u domaćinstvu. Ove posude i boce se ne mogu dezinfikovati.
- Industrijski pripremljena hrana u svim neoštećenim metalnim posudama (limenkama) se može sačuvati ako predhodno uklonite naljepnice, te ih temeljito operete, isperete, a zatim dezinficirate sa rastvorom varikine (1 kašika na 4 litra čiste vode). Ukoliko nemate varikine, limenke možete dezinficirati u ključaloj vodi u trajanju od 10 minuta, što će biti dovoljno da uništite sve eventualno prisutne patogene koji se nalaze na površini limenke.
- Na kraju, sa markerom (flomaster) ponovno označite limenku sa nazivom namirnice koja se nalazi u njoj, te datum roka trajanja.
- Odbaciti svo voće i povrće koje je došlo u dodir sa poplavnom vodom ako se jede sirovo, kao što su salate ili jagode. Mogu se jesti proizvodi koji rastu iznad vode i koji nisu bili u dodiru sa poplavnom vodom npr. voće na drveću.
- Uvijek dobro operite ruke prije pripreme hrane.

Voda

Ukoliko lokalne institucije nadležne za zdravstvenu ispravnost vode iz vodovoda proglase istu neupotrebljivom za piće, slijedite ove upute:

- Koristite flaširanu vodu koja nije bila izložena poplavnim vodama ako je dostupna.
- Ako nemate flaširane vode, vodu trebate prokuhati da bi bila sigurna za piće. Temperatura kuhanja će uništiti većinu mikroorganizama koje izazivaju oboljenja. Ukoliko je voda mutna profiltrirajte je kroz čistu odjeću ili je ostavite da se istaloži, pa gornji sloj bistre vode prokuhajte, ohladite i čuvajte u čistim bocama ili posudama sa poklopcima.
- Ako ne možete kuhati vodu, možete je dezinficirati koristeći varikinu (izbjeljivač) koji će ubiti neke, ali ne sve vrste organizama koji izazivaju bolesti, a koji se mogu nalaziti u vodi. Dodajte 1/8 čajne kašike (ili 8 kapi) izbjeljivača na svakih 4 litra vode, dobro promiješajte i pustite da odstoji 30 minuta prije nego što je koristite. Dezinficiranu vodu čuvajte u čistim posudama sa poklopcem. Ukoliko imate industrijski dezinficijens za vodu postupite prema uputstvu proizvođača.
- Ako imate bunar koji je poplavljen, bunarska voda treba biti analizirana i dezinficirana nakon što se poplavna voda povuče. Ako sumnjate da je vaš bunar kontaminiran, obratite se lokalnom odjelu Civilne zaštite za konkretne savjete.

Površine i oprema koje dolaze u dodir sa hranom

- U toku čišćenja ili dezinfekcije, nosite zaštitnu odjeću, kao što su rukavice, da izbjegnute kontakt sa kožom, iritacije i infekcije.
- Bacite drvene daske za rezanje, drveno posuđe, plastični pribor, boce i cucle za bebe koje su došle u dodir sa poplavnom vodom. Pomenuti pribor se ne može sigurno očistiti.
- Temeljito operite metalne tave, keramičke posude i pribor (uključujući i otvarače za konzerve) sapunom i vodom (toplom vodom ako je moguće). Isperite, a zatim sterilizite u čistoj ključaloj vodi ili potopite u rastvor varikine (1 kašika na 4 litra čiste vode) u trajanju od 15 minuta. Ukoliko imate industrijski dezinficijens za vodu postupite prema uputstvu proizvođača.
- Temeljito operite kuhinjske površine sapunom i vodom (toplom vodom ako je moguće). Isperite, a zatim dezinficirajte u rastvoru varikine (1 kašika na 4 litra čiste vode). Dopustite da se osuši. Ukoliko imate industrijski dezinficijens za vodu postupite prema uputstvu proizvođača.
- Pobrinite se da se pažljivo očiste uglovi, pukotine, kvake na vratima i britve vrata, u sobama koje su bile pod poplavnom vodom.
- Ukoliko je hladnjak/zamrzivač prestao sa radom zbog nestanka električne energije, držati vrata zatvorena koliko je to moguće zbog održavanja niske temperature. Hladnjak će zadržati hranu hladnom oko 4 sata ako se ne otvara. Pun zamrzivač će zadržati nisku temperaturu oko 48 sati (24 sata ako je napola pun) ako su vrata i dalje zatvorena.
- Kada se napajanje električnom energijom obnovi, odredite sigurnost vaše hrane. Ukoliko zamrzivač ima termometar provjerite temperaturu. Ukoliko je očitana temperatura 4°C i niža, hrana je sigurna i može se ponovo zamrznuti. Ako zamrzivač nema termometar, provjerite svaki paket hrane kako bi se utvrdila sigurnost. Ne možete se osloniti na njen izgled ili miris. Ako hrana još uvijek sadrži kristale leda ili nakon naknadnog mjerenja ima temperaturu 4°C i niže, može se ponovo zamrzavati ili kuhati.
- Bacite sve kvarljive namirnice (kao što su meso, perad, riba, jaja ili ostatke) koja je bila iznad 4°C u toku dva sata ili više.
- Kvarljive namirnice, kao što su meso, perad, plodovi mora, mlijeko i jaja koje nisu propisno skladištene u hladnjaku ili zamrznute mogu izazvati oboljenja, čak i nakon temeljitog kuhanja.
- Bacite hladnjake koji su bili u potopljeni u poplavnoj vodi, ili ako je tekućina sa raspadnute hrane dospjela do izolacionog sloja.
- Pokrenite perilicu za suđe, prethodno ispražnjenu, kroz tri kompletna ciklusa, da bi se isprali svi dovodi i odvodi te tako osiguralo unutarnje čišćenje prije upotrebe.

Odlaganje hrane oštećene u poplavama

- Spremite hranu oštećenu u poplavama u crne plastične vreće, (u duple ako je moguće), čvrsto zatvorite i držite van stambenog prostora do dolaska službe za uklanjanje otpada.
- Nemojte biti u iskušenju da pokušate spasiti oštećenog hranu uključujući i konzerve ukoliko su deformirane i oštećene jer su u tom slučaju kontaminirane.
- U slučaju bilo kakvih nedoumica obratite se lokalnim ustanovama za javno zdravstvo ili Centru za civilnu zaštitu

Autor:

Prof.dr Muhamed Smajlović

Katedra za higijenu i tehnologiju namirnica

Veterinarski fakultet Univerziteta u Sarajevu

**Krizni štab za zarazne bolesti životinja
Ministarstvo za poljoprivredu, šumarstvo
i vodoprivredu ZDK**