

TIP-TIP MENGHADAPI BANJIR



BANJIR yang melanda akan mengakibatkan ribuan keluarga terpaksa bersesak di tempat perlindungan yang sememangnya tidak mampu menampung segala keperluan mereka.

Keadaan ini menyebabkan mereka terdedah kepada pelbagai masalah kesihatan antaranya penyakit bawaan air dan udara yang boleh menyebabkan komplikasi serius sekiranya tidak ditangani sewajarnya.

Terdapat beberapa langkah penjagaan kesihatan yang perlu diambil bagi mereka yang terjejas akibat banjir demi mengelak penyakit bawaan air yang berbahaya seperti taun, kolera, demam kepialu, cirit-birit, E-coli, tifoid, penyakit kaki dan mulut serta hepatitis A.

Air banjir bercampur dengan sampah-sarap serta najis menyebabkan ia tercemar dengan pelbagai jenis bakteria. Oleh itu, bagi mereka yang tinggal di kawasan banjir, tidak digalakkan mengambil air secara terus daripada paip untuk tujuan makan dan minum kerana dikhuatiri sumber air sudah terjejas.

Semua air yang hendak diminum atau digunakan dalam masakan perlu dimasak sehingga mendidih bagi mematikan bakteria yang terkandung di dalamnya sebelum dibiarkan sejuk untuk diminum atau digunakan dalam masakan.

Cara masakan juga perlu dijaga dan setiap makanan perlu dimasak secukupnya hingga mendidih bagi mengelak bakteria yang boleh memasuki tubuh manusia dan mengancam kesihatan," katanya.

Ibu bapa juga perlu melarang anak mereka bermain air banjir. Selain faktor keselamatan, ia boleh menjejaskan kesihatan kerana bakteria dalam air yang kotor itu boleh menyebabkan penyakit kulit seperti kudis.

Mereka yang berada di kawasan terjejas juga perlu mengambil kira jangkitan penyakit bawaan udara memandangkan pada musim hujan, ramai mengalami masalah demam dan batuk.

Mereka yang batuk perlu memakai topeng mulut dan hidung supaya jangkitan tidak tersebar kepada orang lain, apatah lagi jika mereka duduk bersesak. Sekiranya tidak diberi perhatian, ramai yang akan jatuh sakit.

Pada masa sama, banjir juga boleh menyebabkan penyakit demam denggi apabila air tidak mengalir, sebaliknya banyak bertakung di merata-rata tempat dan memudahkan pembiakan nyamuk aedes.

Oleh itu, penduduk perlu berwaspada dan mengambil langkah berjaga-jaga supaya mereka tidak menjadi mangsa.

Menurut garis panduan penjagaan kesihatan semasa banjir di laman web Bahagian Pendidikan Kesihatan Kementerian Kesihatan Malaysia, orang ramai harus menjaga keselamatan ketika banjir kerana mereka boleh terdedah kepada ancaman lemas, kecederaan akibat terpijak benda tajam, terjatuh ke dalam longkang, terkena renjatan elektrik dan jangkitan penyakit.



Sepanjang musim banjir ini, jauhi tempat yang dilanda banjir, berpindah segera ke pusat pemindahan apabila diarahkan pihak berkuasa, mematikan semua punca bekalan elektrik apabila berpindah dan tidak menyentuh dawai elektrik yang terjatuh di kawasan banjir.





Panduan

ketika berada di pusat pemindahan banjir:

PERKARA DIGALAKKAN ✓

- Masak air sehingga mendidih untuk diminum dan digunakan dalam masakan.
- Masak setiap makanan secukupnya. 
- Tutup semua makanan.
- Buang sampah di tempat yang betul.
- Basuh tangan sebelum makan dan ke tandas.
- Menjaga kebersihan kawasan sekeliling.
- Guna tandas yang sempurna.
- Dapatkan suntikan vaksin mengikut nasihat doktor.
- Dapatkan rawatan segera sekiranya cirit-birit dan muntah-muntah.
- Memakai topeng muka sekiranya batuk. 

PERKARA PERLU DIELAKKAN ✗

- Makan makanan mentah seperti sayur-sayuran yang belum dimasak dan ulam-ulaman.
- Makanan terdedah.
- Bermain dan mandi dalam air banjir. 
- Minum air secara terus daripada paip tanpa dimasak.
- Menyentuh dawai elektrik yang terjatuh dalam air. 
- Berjalan di dalam air banjir kerana dikhuatiri terjatuh ke dalam longkang, terpijak benda tajam atau lemas.
- Meninggalkan rumah tanpa mematikan suis elektrik utama. 