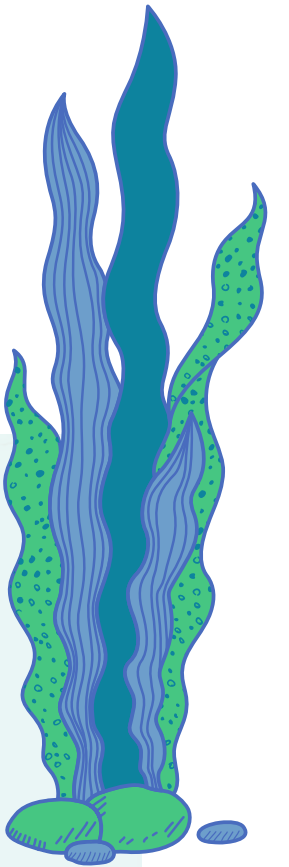
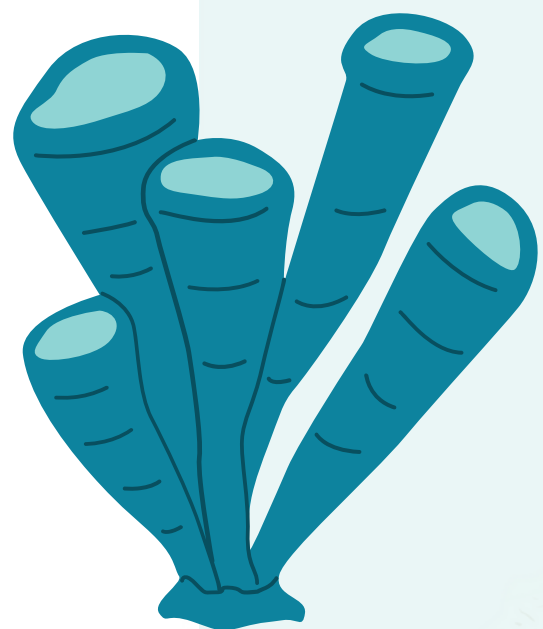


# SAUGI VASARA PRIE VANDENS

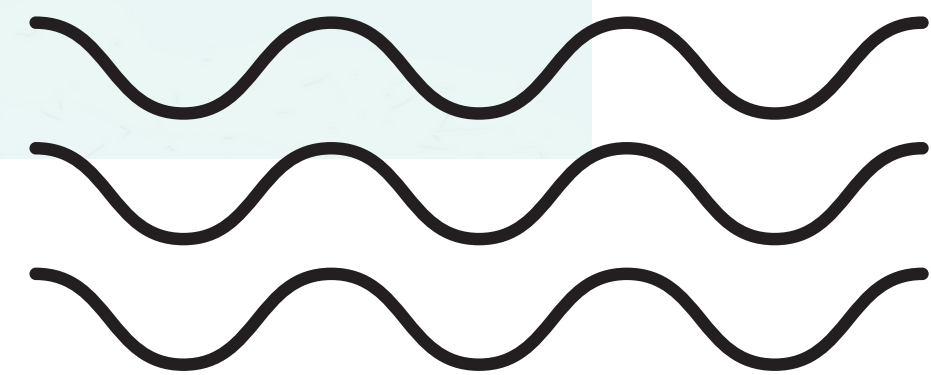
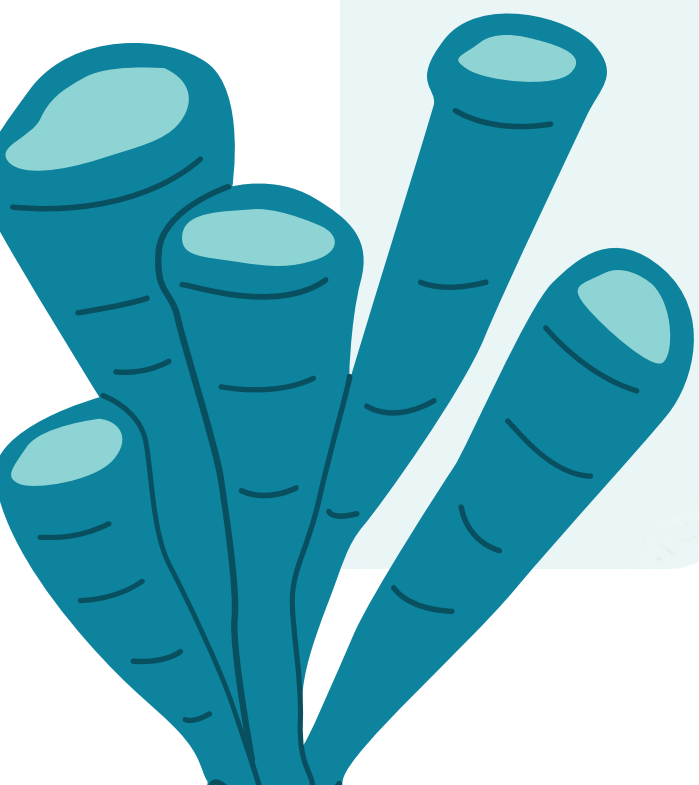
**Elektrėnai,  
2023 m.**

**Saugi vasara prie vandens -  
misija įmanoma !**

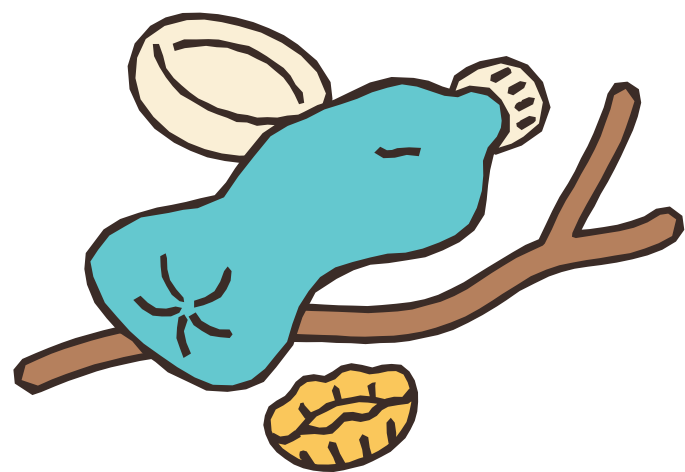




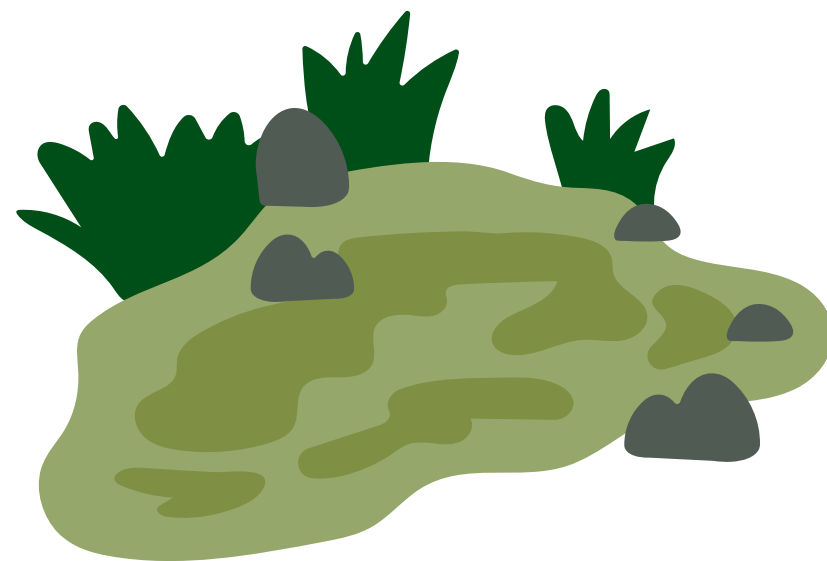
**Kiekvienais metais, prasidėjus karštajam vasaros sezonui, prie vandens telkinių ima buriuotis šimtai atostogautojų ir stipriai išauga skęstančiųjų ir nuskendusiujų, nukentėjusių žmonių skaičius.**



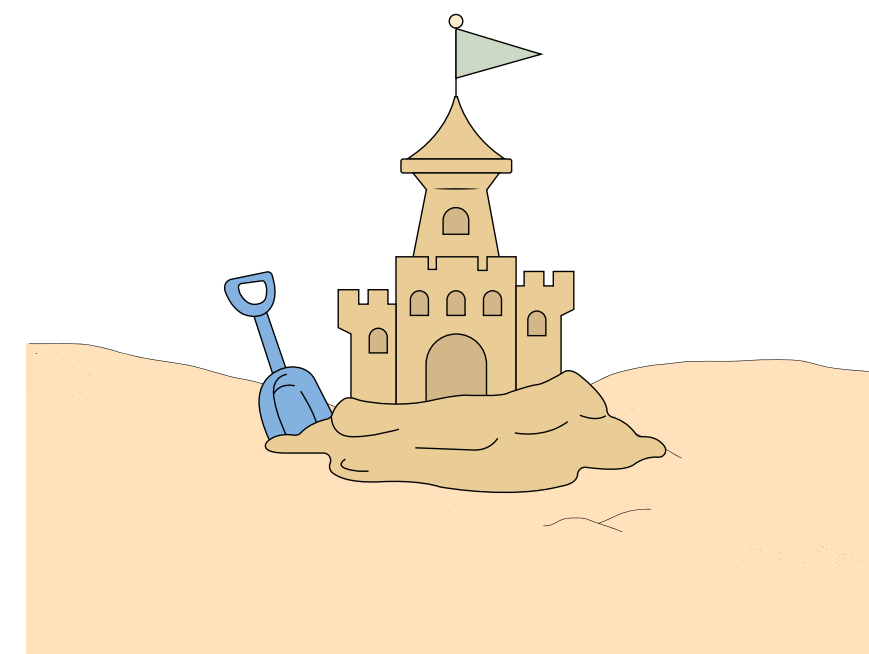
# Pavojai:



Pavojai vandens  
telkinyje



Vandens  
užterštumas

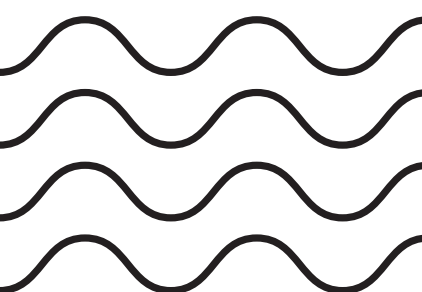


Užterštas  
smėlis



# Pavojai vandens telkinyje

1



**Šokinėdamas į vandenį nežinomoje vietoje žmogus gali susižaloti ar patirti įvairių traumų (akmenys, šukės, buteliai, metaliniai kamštukai ir kt.)**

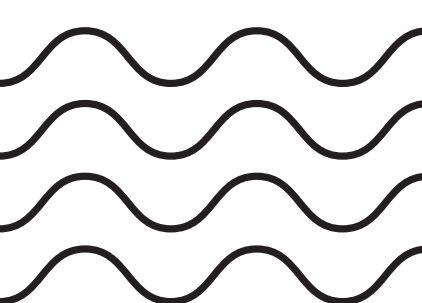
2



**Nešokti staiga į vandenį pavalgis, pasikaitinus saulėje. Prieš einant, paplaukioti, apsišlakstyti ežero, upės ar jūros vandeniu, kad nesutrauktų mėšlungis. O maudytis išgėrus alkoholinių gėrimų, žaibuojant ar griaudžiant perkūnui - griežtai DRAUDŽIAMA.**



3



**Prie vandens nepalikti be priežiūros mažamečių vaikų. Stebėti, kad vaikai nestovėtų ir nežaistų ten, kur galima netikėtai įkristi į vandenį (prieplauka, molo kraštas, tiltas, status krantas ir pan.)**

4



**Stebėti paplūdimio vėliavų reikšmes: ŽALIA vėliava - maudytis saugu, rizika itin menka; GELTONA - maudytis pavojinga: bangavimas ir povandeninės srovės vidutinio stiprumo, todėl silpniems plaukikams nerekomenduojama eiti į vandenį, o kitiems būti ypač budriems. RAUDONA - eiti į vandenį ir maudytis DRAUDŽIAMA. Raudona geltona vėliava - paplūdimio teritoriją stebi gelbėtojai.**



# Rizika užsikrėsti odos ir virškinamojo trakto ligomis (I)

5

Per vandenį gali plisti įvairios virusinės, bakterinės ar parazitinės kilmės užkrečiamosios ligos.

6

Žarninėmis lazdelėmis ar žarnyno enterokokais (fekalijomis) užterštas vanduo didina riziką susirgti hepatitu A, salmonelioze, dizenterija, vidurių šiltine, gali kilti roto ir norovirusų sukeltos infekcijos. Užsikrėsti šiomis ligomis dažniausiai pakanka vos kelių gurkšnių, inkubacinis periodas trunka nuo kelių valandų iki kelių savaičių, tad dažniausiai sunku nustatyti, kad žmogus susirgo būtent po maudynių.

# Rizika užsikrėsti odos ir virškinamojo trakto ligomis (II)

7

Telkiniuose, kur vanduo sušila tik iki 20 laipsnių, suaktyvėja virbio bakterijų dauginimasis, kurios gali sukelti vibriozę. Liga pasireiškia vandeningu viduriavimu, pilvo skausmu, pykinimu, tačiau ypač atsargūs turėtų būti žaizdų turintys asmenys, nes šios bakterijos gali sukelti žaizdų infekcijas ar net kraujo užkrėtimą. Po maudynių žaizdas būtina nuplauti, dezinfekuoti.

8

Užsikrečiama kontaktiniu ar fekaliniu oraliniu būdu - per nešvarias rankas ar išgėrus užkrėsto vandens sergantis žmogus gali perduoti infekciją (e. coli, dizenteriją, askarides) kitam žmogui.

# Rizika užsikrėsti odos ir virškinamojo trakto ligomis (II)

9

**Šistosominis cerkarinis dermatitas (šistosomų lervos). Lervos gali patekti per odą ir sukelti odos niežulį, bėrimus. Lervos gali įsiskverbti ir į sveiką odą, bet kur kas lengviau įsiskverbia jei odos barjeras pažeistas (oda sausa, turi žaizdelių). Odos sudirgimas dažniausiai praeina po kelių valandų ar dienų. Jei pakartotinai užsikrečiama, tuomet sudirgimas būna intensyvesnis, pakyla temperatūra.**

# „Žydintis vanduo“ (I)



**Vandens „žydėjimą“ sukelia palankios meteorologinės sąlygos: šiluma ir šviesa (dumbliai yra fotosintetinantys organizmai), taip pat reikalingos atitinkamos maistinės medžiagos - fosforas ir azotas.**



**Fosforo ir azoto kiekiai telkinyje gali priklausyti nuo vandens telkinio baseino erozijos, taip pat dėl žmogaus veiklos: fosforas ir azotas nuplaunami iš tręšiamų laukų arba patenka į vandens telkinius su nevisiškai išvalytomis nuotekomis.**



# „Žydintis vanduo" (II)



**„Žydint" vandeniui - dauginantis melsvadumbliams, vandenyje vyksta labai žalingi procesai: išskiriami toksinai kenkia žmonių sveikatai, dėl deguonies stokos žūsta žuvis.**

**Toksinai gali kauptis žmogaus organizme, kitose organizmuose, pavyzdžiui, žuvyse.**



**Šie dumbliai primena žalius kilimus ir aiškiai matomi.**

**Dėl dumbliuose esančių toksinų gali atsirasti bėrimų, o neurotoksinai sukelia ilgčiojimą pirštuose.**

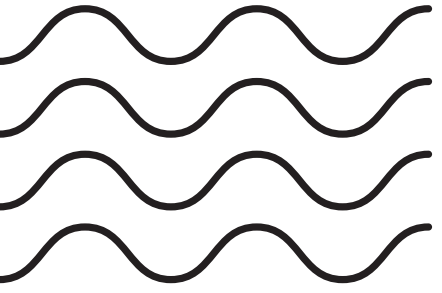
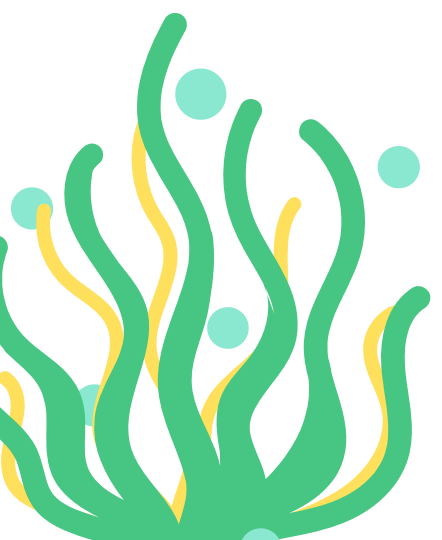
**Toksinų grupė gali paveikti virškinimo sistemą ir žmogus jaučia apsinuodijimo simptomus.**



# Rekomendacijos (I)

- 1. Nepalikti prie vandens mažamečių vaikų be priežiūros.**
- 2. Atkreipti dėmesį į paplūdimyje pakabintos (-ų) vėliavų spalvą (-as).**
- 3. Atsakingai rinktis maudynių vietą (pasidomėti vandens kokybės rezultatais, žiūrėti ar nėra maudytis draudžiančių iškabų ar informacinių pranešimų).**
- 4. Stovinčiame vandenyje saugokitės liamblijų - vienaląsčių pirmuonių, kurie prisisiurbę prie žmogaus žarnyno sienelių, žaloja jų gleivinę ir sutrikdo maisto įsisavinimą.**
- 5. Turint pažeistą kūno odą ar žaizdas, iš karto po maudynių nusiprauskite švariu vandeniu.**

# Rekomendacijos (II)

- 
- 
- 
- 6. Laikytis griežtos higienos, plautis rankas muilu, nenaudoti vandens telkinių vandens maisto plovimui, gaminimui, indų plovimui, skalavimui.**
  - 7. Prie nežinomų vandens telkinių ypač turi būti atsargūs turintys atvirų žaizdų, besilaukiančios moterys, vaikai, senjorai, sergantys lėtinėmis ligomis ar nusilpusį organizmą turintys asmenys.**
  - 8. Apie vandens telkinio užterštumą gali byloti laukinių paukščių susitelkimo vietos, vykdoma intensyvi ūkinė veikla, netvarkingos pakrantės, putos, naftos plėvės vandens paviršiuje, plukiojančios atliekos, nuolaužos, neįprastas vandens kvapas ar pakitusi jo spalva (drumzlinas vanduo).**
  - 9. Nusimaudžius vandens telkinyje, nusiprausti po švariu vandeniu, aktyviai nusitrinti, nusausti rankšluosčiu kūną. Taip pat rankšluosčiu (ne ausų krapštuku), pakreipus galvą, išsausinti ausies landą.**



**Saugios vasaros !**