Pag-inom ng tubig pagkatapos ng baha

Impormasyon kung kailan at paano ligtas na iinom ng tubig pagkatapos ng baha

Filipino

OFFICIAL

Pagkatapos ng baha, aabisuhan ka ng iyong provider ng tubig kung ligtas inumin ang iyong tubig sa gripo. Maaari silang mag-isyu ng:

Payo na huwag iinumin: Ang iyong tubig ay may taglay na nakakasamang mga kemikal at lason at kung iinumin ito ay maaari kang magkasakit nang malubha.

Payo na pakuluan ang tubig: Ang iyong tubig ay maaaring may mga mikrobyo at dapat mong pakuluan ang tubig bago mo ito gamitin. Maaari kang magkasakit sa pag-inom ng hindi pinakuluang tubig.

Ano ang dapat gawin kung hindi mo maaaring inumin ang tubig sa gripo

Hindi mo maaaring inumin ang tubig sa gripo kung nag-isyu ang iyong provider ng tubig ng 'Payo na huwag iinumin'.

- Ikaw ay dapat:
  - ✓ huwag uminom ng tubig sa gripo mula sa lugar na apektado
  - ✓ huwag magpakulo, huwag lagyan ang tubig ng chlorine o bleach dahil hindi nito gagawing ligtas ang tubig.
- Gumamit ng naka-botelyang tubig para inumin, sa paghahanda ng pagkain, mga inumin, at gatas ng sanggol, sa paggawa ng yelo, sa pagsisipilyo o para inumin ng alagang hayop.
- Sa ilang sitwasyon, maaari mong gamitin ang tubig sa gripo para mag-flush ng kubeta, maghugas ng iyong mga kamay, maligo (tiyaking hindi malulunok ang tubig) at maglaba. Ihinto ang paggamit ng tubig at kontakin ang iyong doktor kung magkakaroon ka ng pagka-irita sa balat o anumang iba pang reaksyon.
- Ipapaalam sa iyo ng iyong provider ng tubig kung ligtas nang inumin ang iyong tubig sa gripo.

Ano ang dapat gawin kung ang tubig sa gripo ay kailangan mong pakuluan

Kung nag-isyu ang iyong tagasuplay ng tubig ng 'Payo na pakuluan ang tubig', kailangan mong pakuluan ang iyong tubig sa gripo.

- Pagpapakulo ng iyong tubig sa gripo para ito ay ligtas na mainom:
  - ✓ pakuluin nang matagal ang tubig hanggang sa makakita ka ng maraming bula mula sa ilalim ng kaldero o pakuluan (kettle).
  - ✓ palamigin ang tubig bago gamitin.
  - ✓ angkop na gamitin ang mga kettle na may awtomatikong switch na pamatay. Ang mga kettle na may iba-ibang temperatura ay dapat i-set sa boil.
  - ✓ imbakin ang pinakuluang tubig sa isang sisidlang malinis at may takip
  - ✓ palamigin ang tubig bago gamitin
  - ✓ dapat mag-ingat upang maiwasan ang mga pinsala ng pagkabanli.
- Ang pinakuluang tubig ay dapat gamiting inumin, sa paghahanda ng pagkain, mga inumin, at gatas ng sanggol; sa paggawa ng yelo; sa pagsisipilyo at para inumin ng alagang hayop.
- Ang hindi pinakuluang tubig ay maaaring gamitin para sa paghuhugas ng mga kamay, paliligo (tiyaking hindi nalulunok ang tubig), pag-flush ng mga kubeta, paghuhugas ng pinggan at paglalaba at paghahardin o pagho-hose ng labas.

- Ipapabatid sa iyo ng iyong provider ng tubig kung kailan ligtas nang inumin ang iyong tubig sa gripo nang hindi na pakukuluan pa.

Humingi ng tulong

- Kontakin ang iyong taga-suplay ng tubig para sa impormasyon <www.water.vic.gov.au/water-industry-and-customers/know-your-water-corporation>.
- Kung ikaw ay nag-aalala na baka nakainom ka ng kontaminadong tubig o dumaranas ng tila-gastro na mga sintomas, kontakin mo ang iyong doktor.

Upang tumanggap ng lathalaing ito sa maa-access na format, mag-email sa pph.communications@health.vic.gov.au