

PĀRTIKAS LIETOŠANAS IEROBEŽOJUMI radiācijas avārijas gadījumā

- ***Kas ir pārtikas lietošanas ierobežojumi?***

Pārtikas lietošanas ierobežojumi ir aizsardzības pasākums, ko īsteno, ja notikusi radioaktīvo materiālu noplūde atmosfērā. Iedzīvotājiem tiek sniegtas norādes nelietot uzturā specifiska veida pārtiku, piemēram, atklātā laukā audzētus augļus un dārzeņus, mežā vāktas ogas un sēnes, ūdeni, kas ņemts no konkrētas ūdenstilpnes.

Saskaņā ar Starptautiskās atomenerģijas aģentūras izstrādātajām vadlīnijām¹, pārtikas lietošanas ierobežojumu vajadzība ir jāparedz līdz 300 kilometru rādiusā ap atomelektrostacijām (AES). Tā kā Latvijai tuvākā aktīvā AES atradīsies 110 kilometru attālumā no Latvijas robežas, **radiācijas avārijas gadījumā Latvijas teritorijā var tikt piemēroti pārtikas lietošanas ierobežojumi.**

- ***Kāds ir mērķis?***

Pārtikas lietošanas ierobežojumus piemēro gadījumos, kad radiācijas avārija radījusi radioaktīvu materiālu noplūdi atmosfērā un apkārtējā vidē, atstājot radioaktīvu piesārņojumu uz zemes, augiem un ūdenī. Ierobežojumu mērķis ir pasargāt iedzīvotājus no neapzinātas piesārņotas pārtikas vai ūdens lietošanas.

- ***Kāpēc ierobežot pārtikas lietošanu?***

Ar radioaktīviem materiāliem piesārņota pārtika ir būtisks drauds iedzīvotāju veselībai. Ja radiācijas avārijas radītais piesārņojums sastāv no lēni sabrūkošiem radionuklīdiem, piesārņota pārtika var radīt veselības apdraudējumu vēl ilgi pēc radiācijas avārijas beigām. Izvairoties no potenciāli piesārņotas pārtikas lietošanas uzturā, iespējams šo apdraudējuma veidu pilnībā neitralizēt.

Lai pārtikas lietošanas ierobežojumi būtu efektīvi, būtiska ir iedzīvotāju atsaucība un pacietība – paredzot iespēju, ka ierobežojumi var ieilgt, atturēties no norādīto pārtikas veidu lietošanas, līdz tiek saņemta informācija, ka tie ir droši lietošanai uzturā. Ierobežojumu laikā tiek veiktas pārtikas paraugu pārbaudes, lai uzraudzītu situāciju pēc radiācijas avārijas un izvērtētu, vai pārbaudītā pārtika ir droša lietošanai uzturā. Līdzīgi kā citu ārkārtas situāciju gadījumos, pašvaldību pienākums ir nodrošināt iedzīvotājus ar pieeju dzeramajam ūdenim un nepiesārņotai pārtikai, līdz ierobežojumi tiek pārtraukti.

ATCERĪTIES: IZVAIRĪETIES NO ĒDIENA, KAS UZGLABĀTS ATKLĀTĀ VEIDĀ

Pārtiku noslēgtos iepakojumos, ūdeni pudelēs, neatvērtas sulas pakas, limonādes bundžas u.c., kā arī nebojātu ēdienu, kas atradies ledusskapī, ir droši lietot uzturā. Pirms ēšanas ar mitru dvieli noslaukiet bundžas, pudeles un ēdiena iepakojumus, galdus, traukus un galda piederumus. Izmantotos dvieļus ievietojiet plastmasas maisā, maisu noslēdziet un novietojiet tālāk no cilvēkiem un dzīvniekiem.

Pārtikai un dzērieniem, kas atvērti atstāti atklātā vietā, uz virsmas var būt nosēdušies radioaktīvi putekļi, kas ir kaitīgi organismam. Nelietojiet šādu pārtiku un dzērienus.

Kamēr nav veiktas dzeramā ūdens pārbaudes, tikai ūdens pudelēs ir garantēti drošs lietošanai uzturā. Tāpat ir būtiski ņemt vērā, ka **ūdens vārīšana**, kas ir vispārzināma metode ūdens attīrīšanai mikroorganismiem, **neattīra ūdeni no radioaktīvu materiālu klātbūtnes.**

Ja saņemta informācija par to, ka krāna ūdens ir lietošanai drošs, varat to izmantot uzturā, kā arī ēdiena mazgāšanai.

¹ Starptautiskās atomenerģijas aģentūras drošības standarts GSR Part 7: Preparedness and Response for a Nuclear or Radiological Emergency

Nekādā gadījumā neēdiet augļus un dārzeņus no dārza, kamēr netiek saņemta informācija, ka to darīt ir droši.

ATCERIETIES: RADIĀCIJAS AVĀRIJAS GADĪJUMĀ JĀIEVĒRO PIESARDZĪBA, BAROJOT BĒRNU AR KRŪTI

Attiecībā uz pārtikas lietošanas ierobežojumiem, jāatceras arī par piesardzību, barojot bērnu ar krūti. Izvērtējot iespējamo radioaktīvo piesārņojumu Latvijas teritorijā, jāņem vērā, ka lielā attāluma dēļ no tuvākajām atomelektrostacijām (vairāk par 100 km) sievietes, kas baro bērnus ar krūti, nebūs pakļautas tik nozīmīgam radioaktīvajam piesārņojumam, kas varētu ietekmēt mātes pienu. Tomēr apsverot gadījumu, ka atsevišķi iedzīvotāji, kas izbraukuši no valsts, varētu atrasties radiācijas avārijas skartajā reģionā, sievietēm, kas baro bērnu ar krūti, ieteicams apsvērt iespējas īslaicīgi pārtraukt zīdaiņa barošanu ar krūti un pāriet vai nu uz pienu, kas priekšlaicīgi nosūknēts un uzglabāts, vai mākslīgā piena maisījumu. Gan piena maisījums, gan barošanas piederumi jānoslauka ar mitru lupatu vai dvieli. Izmantotos dvielus jāievieto plastmasas maisā, maisu jānoslēdz un jānovieto iespējami tālāk no cilvēkiem un dzīvniekiem.

Ja nav pieejami citi pārtikas avoti zīdāim, turpina barošanu ar krūti.

Pēc radiācijas avārijas beigām jāvērsas pie ārsta pēc konsultācijas².

² Sagatavošanā izmantota informācija no ASV Vides aizsardzības aģentūras un Slimību kontroles un novēršanas centru materiāliem