

# KOLERA

## Senk (5) Etap Debaz Yo Pou Prevansyon

Pou anpeche kolera, ou dwe lave men w souvan epi pran dispozisyon pou asire ke manje w ak dlo w san danje pou w itilize yo. Risk pou kolera a redui anpil toutbon pou moun yo lè yo swiv etap senp sa yo nan zòn kote kolera ap gaye:



### 1 Asire ke ou bwè epi itilize dlo potab.

- Sèvi ak boutèy dlo pou bwose dan w, pou lave ak prepare manje, epi pou fè glas oswa bwason.
- Si boutèy dlo pa disponib, sèvi ak dlo ki te bouyi kòrèkteman, dlo ki gen klò oswa ki filtre avèk èd yon filtè ki ka elimine bakteri.
- Itilize boutèy dlo kachte ki pa te debouche.



### Ki jan yo fè dlo vin san danje

Dlo ki soti nan tiyo, bwason yo vann nan kèp oswa nan sachè, ak glas gendwa pa gen sekirite. Si w panse dlo ou ka pa gen sekirite — bouyi l, oswa trete l avèk yon pwodui abaz klò oswa filtre l.

#### Trete ak pwodwi klò

- Trete dlo w avèk youn nan pwodui tretman abaz klò ki disponib nan zòn lan epi swiv espikasyon yo ki sou etikèt la.

#### Oswa bouyi li

- Si yon pwodui tretman abaz klò pa disponib, bouyi se yon fason ki efikas pou rann dlo a potab. Kite dlo a bouyi pandan 1 minit lè l kòmanse bouyi. Remak: Dlo bouyi gen risk pou li kontamine ankò si li pa konsève epi itilize an sekirite.

#### Oswa trete ak klowòks

- Si ou pa kapab bouyi dlo, trete dlo a avèk klowòks kay. Ajoute 8 gout klowòks kay pou chak 1 galon dlo (oswa 2 gout klowòks kay pou chak 1 lit dlo) epi tann 30 minit anvan ou bwè l.

#### Oswa filtre li

- Si w ap filtre, sèvi ak yon aparèy ki gen yon gwozè pò ki mwens pase oswa egal ak 0.3 mikwon epi trete dlo a avèk yon dezenfektan tankou klò, dyoksid klò oswa yòd.
- Toujou estoke dlo trete nan yon respidan ki pwòp epi ki kouvri.

### 2 Lave men ou souvan avèk savon ak dlo potab.

- Anvan, pandan ak apre preparasyon manje.
- Anvan ak apre ou fin manje oswa nourri timoun ou yo.
- Apre ou fin itilize twalèt.
- Apre ou fin netwaye dèyè timoun ou.
- Apre ou fin pran swen yon moun ki malad avèk dyare.



Si ou pa gen aksè nan savon ak dlo, sèvi ak yon dezenfektan pou men abaz alkòl ki gen omwen 60% alkòl.

### 3 Sèvi ak twalèt

- Sèvi ak twalèt oswa enstalasyon sanitasyon jere san danje pou elimine pou pou. Sa gen ladan pou elimine pou pou timoun yo.
- Lave men ou avèk savon ak dlo potab apre ou sot nan twalèt.



#### Si ou pa gen aksè nan yon twalèt:

- Poupou omwen 30 mè (98 pye) lwen nenpòt ki dlo (dlo pi yo ladan tou) epi apres a antere pou pou w.
- Jete nan latrin sachè plastik ki gen pou pou nan yo oswa jete yo nan pwen koleksyon si gen disponib, osinon antere yo anba tè.
- Pa mete sachè plastik yo nan twalèt chimik yo.
- Fouye nouvo latrin oswa twalèt fòs tanporè yo nan omwen yon demi mè (1.6 pye) pwofondè epi omwen 30 mè (100 pye) lwen nenpòt ki dlo.

### 4 Bouyi li, kwit li, kale li, oswa kite l.

- Kwit manje byen, kenbe yo kouvri, manje yo cho, epi kale fwi ak legim yo.
- Manje nouriti ki te kwit konplètman, ki cho epi ki gen vapè k ap soti toujou. Asire ke ou kwit fwidmè yo, espesyalman kristase yo, jiskaske yo trè cho nèt.
- Evite legim kri ak fwi ki pa ka kale.



### 5 Netwaye an tout sekirite.

- Netwaye zòn preparasyon manje yo ak istansil kizin yo avèk savon ak dlo trete epi kite yo seche nèt anvan ou itilize yo ankò.
- Benyen ak lave rad oswa kouchèt nan 30 mè (100 pye) lwen sous dlo potab yo.
- Netwaye ak dezenfekte twalèt yo epi sifas ki kontamine avèk pou pou yo: netwaye sifas la avèk yon solisyon savon pou retire matyè solid yo; apres a dezenfekte avèk èd yon solisyon ki gen 1 pati klowòks kay pou 9 pati dlo.
- Lè ou fin netwaye, jete dlo savon an ak ranyon sal yo san danje. Lave men w ankò avèk savon ak dlo potab apre netwayaj ak dezenfeksyon.



U.S. Department of Health and Human Services  
Centers for Disease Control and Prevention