

# Comment prévenir le CHOLERA

Le Cholera peut être empêché à travers l'hygiène, en traitant l'eau avant de la boire ou de faire cuire des aliments et en faisant attention avec la nourriture.

## SANITATION

- Disposer des corps loin des sources d'eau.
- Toujours se laver méticuleusement après avoir touché un corps.
- Construire les toilettes d'urgence à au moins 30 mètres de toute source d'eau. S'assurer que tout le monde se nettoie bien après l'utilisation des toilettes.
- **Toujours** se laver les mains après avoir été au toilette.
- **Toujours** se laver les mains avant de cuisine ou avant de toucher de la nourriture



## EAU

- Ne **jamais** boire d'eau pas purifié
- Traiter l'eau **d'au moins 2 manières différentes**
- **Filtrer** à travers un morceau de tissus, sable ou autre **ET** bouillir.
- **Filtrer** à travers un morceau de tissus, sable ou autre **ET** ajouter du citron ou citron vert
- **Filtrer** à travers un morceau de tissus, sable ou autre **ET** ajouter du chlore



## NOURRITURE

- Cuire la nourriture méticuleusement et manger lorsque c'est toujours chaud
- Poisson et crustacé sont une cause majeure du choléra, manger les juste s'ils sont bien cuit.
- Ne pas mixer de la nourriture cuite et cru comme la salade et la viande
- Les personnes infectées par le cholera ne doivent pas toucher la nourriture ou cuisiner.
- Laver les légumes et les fruits avec de l'eau traitée. Peler les légumes et fruits
- Ne pas manger à plusieurs dans un récipients mais faire des portions individuelles

## Préparer des toilettes d'urgence:

En cas d'urgence, tandis que des latrines plus stable est en cours de construction, une fosse simple peut être creusé comme temporaire solution pour l'élimination des excréments humains. Il convient d'avoir une profondeur d'au moins 50 cm, et à au moins 20 mètres d'un puits ou d'une autre source d'eau potable. Lorsque cela est possible, la fosse doit être à au moins 6 mètres de la maison la plus proche. Elle ne doit pas être situé en amont de la source d'eau ou creusé dans un sol marécageux.

Le fond de la fosse ne doit pas pénétrer dans la

Après chaque utilisation, une couche de terre doit être mis sur les excréments. Dans une région touchée par le choléra, la fosse doit également être recouverte chaque jour avec une couche de chaux.



# COMMENT IDENTIFIER LE CHOLERA

## SIGNES ET SYMPTOMES

Le choléra est une forme grave de diarrhée causée par une bactérie dans l'eau.

Le choléra se propage très rapidement dans un état d'urgence et peut conduire de nombreux morts. Les symptômes du choléra sont:

- **Diarrhée "comme de l'eau de riz" en très grandes quantités**
- **Vomissements**
- **Crampes dans les jambes**
- **Faiblesse**

Diarrhée et vomissements peuvent conduire très rapidement à une déshydratation sévère et choc. Sans traitement, la mort peut survenir en quelques heures. Pour aider tout le monde dans la communauté à identifier et prévenir le choléra, tout le monde devrait participer aux activités suivantes:

- ❖ **purification de l'eau**
- ❖ **Sanitation**
- ❖ **préparation hygiénique des aliments**
- ❖ **Apprendre à faire la formule de réhydratation orale**

Pour prévenir le choléra et éviter toute panique dans la communauté, le partage de l'information est essentiel. Savoir ce que le choléra est et comment le traiter est la manière de l'empêcher pour que tout le monde soit protégé.

# Comment traiter le CHOLERA

Le traitement le plus important pour le choléra est la réhydratation par voie orale.

Sauf dans les cas graves, des antibiotiques ne sont pas nécessaires.

Quand une personne a une diarrhée et des vomissements ou juste des vomissements, ne pas attendre pour des signes de déshydratation. Agissez rapidement.

Donnez beaucoup de liquides à boire comme de la soupe, de l'eau ou des boissons de réhydratation.

**Continuez de donner de la nourriture.** Dès que la personne malade peut manger, donner à manger régulièrement et fréquemment. Pour les bébés, continuez à donner le lait maternel souvent - et avant d'autres boissons.

**La boisson de réhydratation** aide à prévenir ou à traiter la déshydratation. Elle ne guérit pas le choléra ou la diarrhée, mais peut donner assez de temps pour que la maladie de s'en aille d'elle-même.

## Boisson de réhydratation :

Voici deux façons de fabriquer une boisson de réhydratation. Si vous le pouvez, ajouter une demi-tasse de jus de fruits, de l'eau de coco, ou de la purée de banane mûre. Ceux-ci contiennent du potassium, un minéral qui aide une personne malade à ingérer plus de nourriture et de boissons.

Donner à la personne malade des gorgées de cette boisson toutes les 5 minutes, jour et nuit, jusqu'à ce qu'il commence à uriner normalement.

Une personne de grande taille a besoin de 3 litres ou plus par jour. Un petit enfant a généralement besoin de moins d'1 litre par jour, ou 1 verre pour chaque selle liquide. Continuez de donner à boire souvent et par petites gorgées.

Même si la personne vomit, toute la boisson ne sera pas vomit.

### Fabriquée avec des céréales en poudre et du sel

Le riz en poudre est le meilleur. Mais vous pouvez utiliser du maïs finement moulu, de la farine de blé, ou des pommes de terre en purée.

**Dans 1 litre d'EAU propre,** (deux bouteille de coca cola en verre)

mettez le fond d'une cuillère à soupe de SEL.

et 8 grosses cuillères de CEREALES en poudre.

Faire bouillir pendant 5 à 7 minutes pour former un liquide bouillie. Refroidir la boisson rapidement et commencer à donner à la personne malade.

**ATTENTION:** Gouter à la boisson à chaque fois avant de la donner pour s'assurer que la boisson est toujours bonne. Lorsqu' 'il fait chaud, les boissons à base de céréales peuvent devenir mauvais.

### Fabriquée avec du sucre et le sel.

(Vous pouvez utiliser du sucre brut, brun ou de la mélasse au lieu de sucre blanc.)

**Dans 1 litre d'EAU propre,** mettez le fond d'une cuillère à soupe de SEL,

et 3 cuillères à soupe rases de SUCRE. Mélangez bien.

**ATTENTION:** Avant d'ajouter le sucre, goûtez à la boisson et être sûr qu'elle est moins salée que des larmes.

# Comment rendre l'eau bonne pour boire et pour cuisiner

Toujours utiliser des bouteilles ou récipients propres pour stocker l'eau !

L'eau de surface, des citernes et des puits ouverts peuvent être contaminés par le choléra et d'autres germes. Cette eau doit être soigneusement traitée avant de la boire!

Il y a différentes façons de traiter les eaux de surface ou d'autres sources d'eau qui sont susceptibles d'être contaminés.

Les moyens les plus rapides sont l'ébullition, l'eau de javel ou en ajoutant de la chaux ou du citron. Peu importe comment elle est traitée, l'eau doit d'abord être filtrée pour que le traitement fonctionne.



votre eau avec une eau de javel à 5.5% (la plus courante en Haïti),

Eau	Javel
Pour un litre d'eau : 	2 gouttes    
Pur un gallon, (4 litres) 	5 gouttes             
Pour 5 gallons : 20 litres 	25 gouttes                               
Pour un barril de 200 litres 	3 cuillères à soupe   

Ajouter ces montants d'eau de javel pour nettoyer l'eau et attendre au moins 30 minutes avant de boire l'eau. Si l'eau est trouble, vous avez besoin de deux fois plus d'eau de Javel.

## 1. Filtration de l'eau

• Laisser l'eau reposer jusqu'à ce que les solides se déposent au fond et que l'eau soit clair

• Pour utiliser un filtre en tissu: Plier un chiffon propre 4 fois, étirez-le et attachez-le autour d'un jar ou d'un pot.

• Verser l'eau à travers un filtre en tissu propre ou un filtre en sable ou charbon. Versez l'eau doucement dans le pot à travers le tissu.

Après avoir utilisé le tissu, le laver et le laisser au soleil pour sécher ou désinfecter le linge avec de l'eau de Javel pour tuer les germes.



## 2. Bouillir ou eau de javel

**Bouillir :**

• Porter l'eau à ébullition pendant au moins 1 minute.

• Verser l'eau dans un récipient propre pour refroidir



**L'utilisation de l'eau de Javel**

Parce que l'eau de Javel est la forme la plus courante de chlore, ce tableau montre comment désinfecter l'eau avec de l'eau de Javel. L'Eau de javel peut avoir différentes quantités de chlore. Voici comment purifier

**L'utilisation de lime ou de citron**

(Cette méthode ne va pas tuer tous les germes, mais est plus sûr que de ne pas traiter du tout et peut prévenir de nombreux cas de choléra)

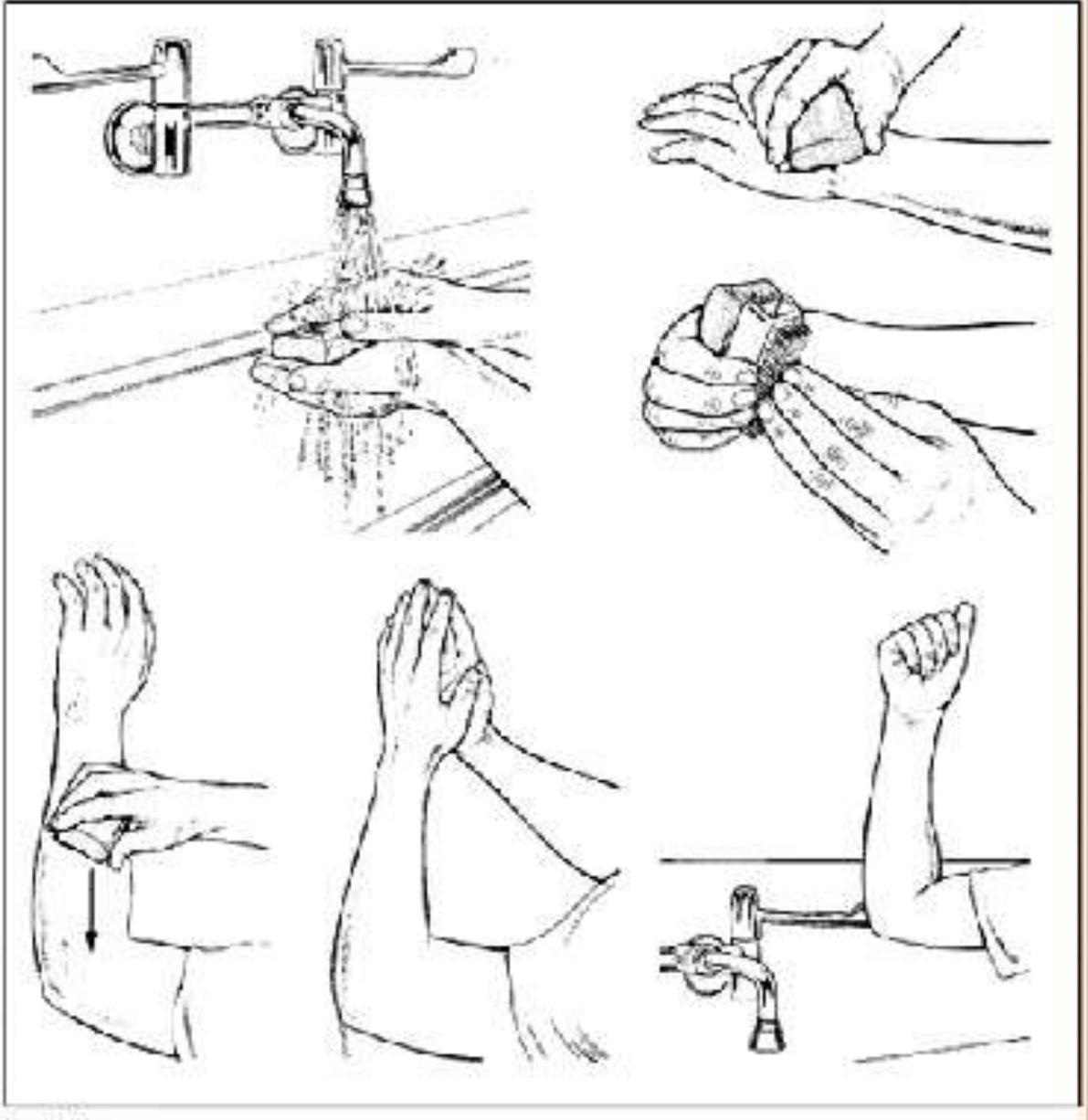
• Ajouter le jus de 1 citron vert ou de citron par litre d'eau, pour tuer les germes du choléra.

• Verser de l'eau dans un récipient propre.

## 3. Garder les récipients d'eau propre

• Assurez-vous que le réservoir d'eau reste propre! Ne mettez pas de récipients sales, de mains ou rien d'autre dans le réservoir d'eau. Versez l'eau dans des gobelets propre.

# Technique pour se laver les mains



**TOUJOURS SE LAVER LES MAINS AVEC EAU PROPRE ET TRAITEE**

## QUAND SE LAVER LES MAINS

- ☐ Avant de faire la cuisine;
  - ☐ Avant et après les repas;
  - ☐ Avant de nourrir vos enfants;
  - ☐ Après être allé aux toilettes;
- Immédiatement après avoir manipulé les selles, les Vomissements, la lingerie souillée des malades.

## COMMENT SE LAVER LES MAINS?

1. Enlever tous vos bijoux et **coupez vos ongles**
2. Utiliser un **savon** et une brosse pour nettoyer sous les ongles et autour
3. **Frotter vos mains** jusqu'à vos coudes.
4. Après vous être lavé les mains maintenez vos bras en l'air pour que l'eau s'écoule par les coudes.
5. Fermer le robinet avec vos coudes