

prenesejo okužbo na druge osebe (zdravstvene delavce in sodelavce ter delavce v drugih nujnih službah).

Virusi gripe se stalno spreminjajo, zato se spreminja tudi cepivo, ki je vsako leto pripravljeno tako, da ščiti proti virusom, ki bodo predvidoma krožili v prihajajoči sezoni. Zaščita se vzpostavi približno dva tedna po cepljenju in traja več mesecev, postopoma upada in je po enem letu lahko že prenizka. Cepiti se je potrebno vsako leto z enim odmerkom cepiva, za otroke mlajše od devet let, ki se proti gripi cepijo prvič, sta potrebna dva odmerka. Uspešnost cepiva je odvisna predvsem od starosti in imunske sposobnosti prejemnika cepiva ter od podobnosti virusov, ki krožijo, s tistimi, ki jih pokriva cepivo. Podatki vsakoletnih študij kažejo, da cepivo prepreči gripo pri 50-90 odstotkih zdravih odraslih, mlajših od 65 let, in prepreči hospitalizacijo zaradi pljučnice in gripe pri 30-70 odstotkih cepljenih starejših oseb in kroničnih bolnikov. Cepiti se ne smejo osebe, ki so kdaj imele resno alergično reakcijo na cepivo proti gripi ali katero koli snov, ki je lahko prisotna v cepivu v sledovih, npr. jajčne beljakovine in osebe, ki prebolevajo akutno bolezen

z visoko telesno temperaturo (nad 38 °C). Prijave neželenih učinkov po cepljenju proti gripi v Sloveniji so redke, če upoštevamo število razdeljenih odmerkov cepiva. Večinoma je šlo za lokalne reakcije na mestu cepljenja (rdečina, bolečina, oteklina), povišano telesno temperaturo, slabost, utrujenost in glavobol. Neželeni učinki so bili blagi in so minili brez posledic.

Precepljenost proti gripi v Sloveniji je prenizka.

V Sloveniji je precepljenost proti gripi zelo nizka in je med najnižjimi v EU. Prejšnjo sezono je bilo pri nas cepljenih rekordno malo ljudi, le dobrih 68.000 oseb, kar je precej manj kot pred približno desetimi leti, ko se je proti sezonski gripi cepilo skoraj 200.000 prebivalcev. Zaskrbljujoč je trend precepljenosti, saj se število cepljenih vsako leto zniža. Prav tako se zadnja leta znižuje delež cepljenih v najbolj ogroženi skupini prebivalcev, to je med starejšimi od 65 let, ki je lani znašal le še dobrih 10 odstotkov, kar je daleč od cilja Svetovne zdravstvene organizacije, da bi bil delež cepljenih proti gripi v skupini nad 65 let kar 75 odstot-

kov. S povečanjem precepljenosti pri teh skupinah bi lahko preprečili težje poteke bolezni in številne zaplete in tudi marsikatero smrt. Zato bi bilo v Sloveniji treba dodatno spodbuditi cepljenje proti gripi, predvsem rizičnih skupin in zdravstvenih delavcev.

Kje se bo mogoče cepiti?

Cepljenje se bo izvajalo pri izbranih zdravnikih in v ambulantah na območnih enotah NIJZ po celi Sloveniji. Priporočamo, da se prebivalci na cepljenje naročijo. V spodnji tabeli so kontaktni podatki in datum začetka cepljenja v ambulantah NIJZ.

Kranj

Gospodsvetska ulica 12
4000 Kranj
tel.: 04 2017 166
pon-pet od 8. do 12. ure
(za gripo ni potrebno naročanje)
12. 10. 2015

PROSIMO, DA PO VSAKEM CEPLJENJU POČAKATE V ČAKALNICI ŠE 20 MINUT, ZARADI MOŽNIH REAKCIJ PO CEPLJENJU!

stanju celinskih voda in morja, podatki LIDAR, področni predpisi in podobno. Poudarjajo, da informacijska vrednost portala ves čas raste.

V Sloveniji je 132 samodejnih hidroloških postaj, ki spremljajo pretoke voda. Na področju Selške Sore sta dve postaji, in sicer v Železnikih in Veštru. Podatki postaj na spletni strani ARSO (<http://www.arso.gov.si/vode/podatki/amp/>) se obnavljajo vsakih deset minut. Na tej spletni povezavi je tudi arhiv preteklih meritev. Če so napovedane obilne padavine, začnejo z izrednim 24-urnim spremljanjem stanja. Opozorila v izrednih razmerah so tekstovna in slikovna. Zavedajo se, da pri napovedovanju obstajajo tveganja v delovanju sistema, odstopanja v rezultatih ipd., kar vse morajo hidrološki prognostiki upoštevati pri napovedi. Najtežje je v času težko napovedljivih močnih krajevnih nalivov, ki so značilni tudi za naše področje. Najmanj zanesljiva je tako napoved hudourniških poplav. Tveganje obstaja tudi v razumevanju obvestil, v medijih lahko objavijo neažurirano opozorilo brez tekstualnega dela. Zato opozarjajo, da spremljajte podatke na spletni strani ARSO in si pozorno preberite tako

KAKO ŽIVETI S POPLAVAMI?

V kulturnem domu v Železnikih sta 8. oktobra 2015 Ministrstvo za okolje in prostor in Inštitut za vode Republike Slovenije v sodelovanju z Agencijo Republike Slovenije za okolje in Upravo Republike Slovenije za zaščito in reševanje pripravila ozaveščevalni dogodek "Kako živeti s poplavami?".

Gre za eno izmed 19 srečanj, s katerimi gostujejo po celotni Sloveniji, z namenom, da ljudi informirajo o delovanju državnih institucij v smeri zmanjševanja poplavne ogroženosti, poplavnih evidenc, informacijskih sistemov, napovedovanja hidroloških razmer in samozaščitnega ravnanja v primeru poplav.

V Sloveniji je kar 61 poplavnih območij, na katerih živi okoli 130 000 ljudi, se nahaja 23 000 stavb in 1 500 enot kulturne dediščine. Poplave beležijo že od leta 1881, po letu 1990 pa tudi zelo detajlno. Za posamezna območja zbirajo podatke o tem, koliko je ogroženih stavb, zaposlenih in prebivalstva.

Opozarjajo, da ljudje ob napovedih močnejših padavin zvečer gledajo televizijo, si ogledajo karto in nato TV-sprejemnik ugasnejo. Vendar je stanje treba spremljati še naprej, saj so naravni pojavi nepred-

vidljivi in se stanje iz minute v minuto spreminja. Seveda se prebivalci najbolj ogroženih območij ob Sori tega zelo dobro zavedajo in stanje ob nalivih pozorno spremljajo na kraju samem. Na dogodku so izpostavili pereče težave, ki jih bo treba začeti reševati. Prebivalci si tudi želijo, da bi se bolj upoštevalo njihovo mnenje, saj najbolje poznajo Soro in na podlagi preteklih izkušenj lahko predvidijo njeno odzivanje.

Napovedi hidroloških razmer in spremljanje stanja

Na spletnem naslovu <https://www.surveymonkey.com/r/SBYSQD8> lahko rešite kratek vprašalnik, ki bo Inštitutu za vode Republike Slovenije omogočil, da se še bolje seznanijo s stanjem na terenu. Na spletni strani <http://evode.arso.gov.si> so na voljo atlas voda, trenutni podatki o

slikovni kot tekstualni del. Oglejte si slike in berite napovedi na www.meteo.si. Sprotno spremljanje razmer in opozoril je zelo pomembno, saj so naravni procesi nepredvidljivi in zato težko napovedljivi.

Samozashčitno ukrepanje ob poplavah

Na Upravi Republike Slovenije za zaščito in reševanje se ukvarjajo s preventivo in reševanje se ukvarjajo s preventivo v primeru naravnih nesreč, pripravljeno stjo nanje in ukrepanjem ob dogodkih. Na področju poplav ločimo gradbene in negradbene preventivne ukrepe. Slednji zajemajo pripravljenost ljudi in ozaveščenost.

Na spletni povezavi <http://www.sos112.si/slo/clanek.php?catid=1&id=7334> si lahko ogledate praktične napotke, kako ravnati pred poplavo, po napovedi poplave, med in po poplavi, npr. kako zagotoviti varno hrano in vodo, kako postaviti protipoplavne zaščite ipd. Praktične napotke in koristne informacije najdete



Sprotno spremljanje razmer in opozoril je zelo pomembno, saj so naravni procesi nepredvidljivi in zato težko napovedljivi. Foto: Andrej Tarfila

tudi na spletni povezavi <http://www.poplavljen.si/>.

S pomočjo aplikacije smok.sos112.si (sistem monitoringa, opozarjanja in kontrole)

boste pridobili informacije o monitoringu voda, padavinah, požarni ogroženosti in zemeljskih plazovih. Na voljo so tudi povsem praktični podatki, pridobljeni na terenu, npr. ob kateri višini Sora poplavi zdravstveni dom ipd., ki lahko še bolj pripomorejo k ustreznemu samozashčitnemu ravnanju. Podatki se osvežujejo vsakih 30 minut. Aplikacija wap.sos112.si tudi gluhih in naglušnih, ki ne morejo poklicati pomoči na običajen način, omogoča priložnost pomoči in spremljanje monitoringa stanja.

Aplikacija za pametni telefon, 112-napotki, vsebuje navodila, kako se pripraviti na naravne in druge nesreče in kako ravnati ob njih. Aplikacija Ste storili vse za varen dom (<http://www.sos112.si/slo/hisa.swf>) pa vas popelje po vseh prostorih v hiši in opozarja na kritične točke, na katere je treba biti pozoren, da ne pride do nesreče, in usmerja na rešitve.

Katarina Bertonec



Foto: Andrej Tarfila

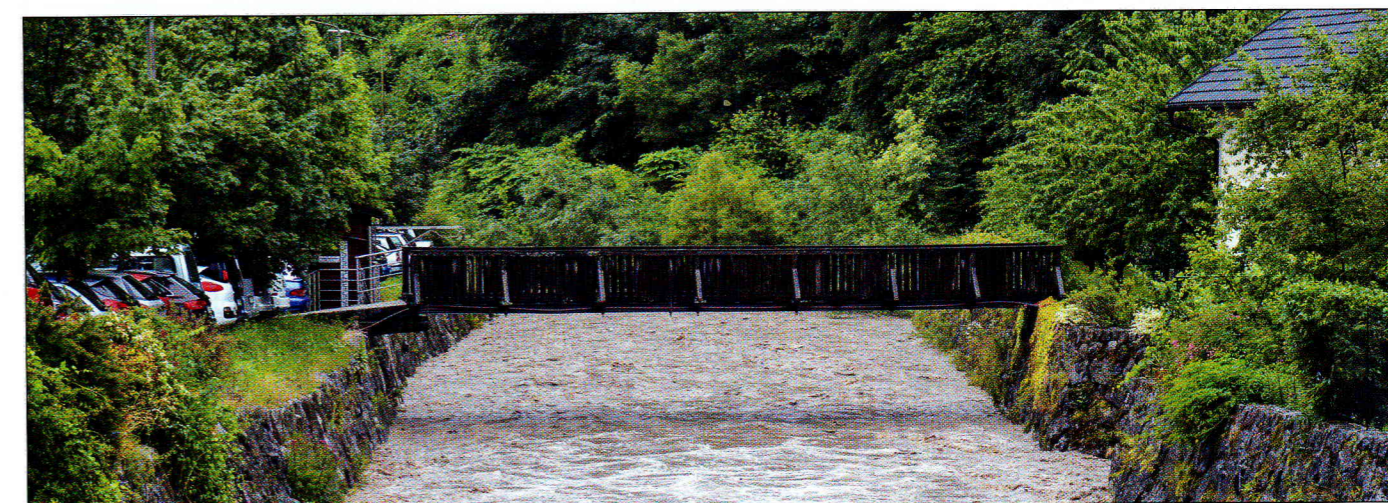


Foto: Andrej Tarfila