

شرایط مستراح بهداشتی و نقش استفاده از مستراح بهداشتی در جلوگیری از بروز بیماریها

دفع اصولی و بهداشتی مدفوع یکی از اقدامات اساسی است که بایستی به منظور تامین بهداشت عمومی در مناطق روستایی به مرحله اجرا درآید. دفع نادرست مدفوع انسانی موجب آلودگی خاک و منابع آبهای آشامیدنی شده و زمینه مناسبی برای تخم گذاری، پرورش، تغذیه و انتقال آلودگی توسط مگس را فراهم می آورد. بسیاری از بیماریهای شایع در روستاها ناشی از آلودگیهای محیطی بوده و درصد بالایی از مرگ و میر کودکان از طریق ورود آلودگی از راه دهان و به همراه آب و غذا صورت میگیرد.

برای دفع صحیح مدفوع باید بدانیم که :

یکی از راههای مبارزه اصولی با بیماریهای میکروبی وانگلی روده، دفع صحیح مدفوع از طریق ساخت و استفاده از مستراحهای بهداشتی است. از جمله بیماریهایی که توسط مدفوع منتقل میشوند می توان به وبا، شبه وبا، تیفوئید (حصبه) ، شبه حصبه ، بیماریهای روده ای ، فلج اطفال ، هیپاتیت ، انواع بیماریهای انگلی (کرمهای قلابدار، آسکاریس ، بیلارزیا) اشاره نمود. استفاده از مستراح غیر بهداشتی علاوه بر بیماریهای فوق باعث تجمع، رشد و تکثیر مگسها میگردد. پهن، مدفوع انسانی و هر نوع ماده آلی در حال فساد (زباله) محللهای مناسبی برای تخم گذاری مگس می باشند و غذا و شرایط مطلوب مورد نیاز مگس و دیگر ناقلین بیماریها در این محلها براحتی تامین می شود. مگس و دیگر ناقلین بیماریها، کثافات و باکتریها را از این محلها برداشته و بر روی اغذیه و مواد خوراکی انسان منتقل میکنند که این امر موجب انتقال انواع بیماریها میگردد. بنابراین جهت جلوگیری از انواع بیماریها و حفظ سلامتی و تندرستی، استفاده از مستراح بهداشتی با شرایط ذیل توصیه میگردد.

شرایط یک مستراح بهداشتی:

۱. فاصله مستراح از محل زندگی زیاد نباشد (مستراحهای با فاصله زیاد از نظر نظافت و استفاده مرتب رضایتبخش نیستند).
۲. چاه مستراح بایستی در پایین دست چاه آب آشامیدنی و ترجیحاً به فاصله ۱۵ متر از چاه آب قرار گرفته باشد.
۳. کف چاه مستراح به فاصله ۳- ۱/۵ متر بالاتر از سطح آب زیرزمینی قرار گرفته باشد.
۴. کف و دیوارها تا ارتفاع یک متر قابل شستشو و شیب کف به طرف کاسه توالت باشد.
۵. سقف مستراح صاف و بدون درز و شکاف بوده و شیب آن مخالف درب مستراح باشد.
۶. برای شستشو به آب دسترسی داشته باشد.
۷. درب مستراح بایستی قابل باز و بسته شدن کامل بوده و اطراف چهار چوب آن نبایستی دارای شکاف باشد.
۸. هوای مستراح به نحو مطلوب تهویه شود (استفاده از دستگاه تهویه برقی یا ایجاد محفظه جریان هوا با نصب توری).
۹. نظافت مرتب مستراح برای حفظ شرایط بهداشتی آن ضروری است

بنابر این برای حفظ سلامتی باید موارد زیر را رعایت نمود:

- بهداشتی نمودن مستراح منزل خود را در اولویت قرار دهید.
- نسبت به نظافت و شستشوی مرتب مستراح منزل خود اقدام کنید.
- هر خانوار، یک مستراح بهداشتی داشته باشد.

گروه های هدف این متن آموزشی:

عموم مردم

شورای اسلامی روستا و دهیاری

منابع استفاده شده در تهیه این متن آموزشی:

بهسازی شهر و روستا - نوشته اهلر و استیل ترجمه مهندس ناصر رازقی

فصلنامه بهورزی - بلوک بهورزی