

*Pami tout adilt, yo konsidere vyeya yo kòm pi vilnerab a kontaminasyon ki pran sous nan dlo. Moun k ap viv avèk viris VIH ak sa ki gen kèk feblès nan sistèm iminitè yo egalman plis an danje.*



## Dlo bay lavi

### Enfòmasyon pou Vyeya ak Moun k ap Okipe Fanmi yo

**D**lo se yon bagay ki esansyèl nan vi nou. Nou itilize l pou bwè, pou fè manje, pou benyen, netwaye ak pou agrikilti. Pwiske dlo se yon pati entegral nan aktivite jounalye nou, se poutèt sa konsomatè yo dwe konnen ki lè li san danje.

Yon dlo ki kontamine ka detwi lasante, espesyalman pou moun ki pi aje yo ak sa ki soufri ak kèk maladi kwonik. Epi tou moun k ap viv avèk viris VIH ak moun ki gen kèk feblès nan sistèm iminitè yo plis an danje.

Ou ka jwenn kontaminan ki nan anviwònman yo nan dlo potab e pandan aktivite plezi kòm lanaj. Ou ka egalman vin an kontak avèk polyan ki nan dlo si ou manyen dlo egou k ap devèse. Ou ka pwoteje sante w si w aprann kòman pou w redwi oswa elimine kontak avèk kontaminan ki nan dlo.

### Dlo Tiyo Lakay:

Byen ke majorite dlo potab pa gen danje pou lasante, aksidan kontaminasyon ka rive e li rive deja. Nan tip de polyan ou ka jwenn nan dlo, gen pwodwi chimik tankou radon ak plon, bakteri ak viris. Seksyon sa a ap dekriti kèk pwoblèm ki posib ke w ka jwenn nan dlo tiyo lakay ou.

### Mikwòb:

Yo rele tout bakteri ak viris mikwòb. Ou jwenn yo nan dlo potab, men poulaplipa, yo pa toksik. Okazyonèlman, dlo potab konn gen sèten mikwòb ki bay maladi, anpatikilye mikwòb ki koze maladi gastwo-entestinal. Abityèlman baraj pwoteksyon kò nou ak sistèm iminitè nou anpeche mikwòb sa yo ba nou maladi. Sepandan, poutèt gen yon bèss nan nivo sistèm

iminitè imen an lò laj a p rantre epi poutèt gen sèten chanjman nan baraj pwotektif fonksyon gastwo-entestinal yo, vyeya yo vin patikilyèman siseptib a maladi mikwòb bay. Pami mikwòb gastwo-entestinal (GI nan lang angle) yo jwenn nan dlo potab, gen parazit tankou Kriptosporidyòm ak Gyadya, gen bakteri tankou E. koli, Salmonèl ak Chigela epi gen viris tankou Nòwak. Gen anviwon 211 milyon ka maladi GI chak ane Ozetazini (US)<sup>1</sup>.

### Plon:

Yon ekspozisyon a plon ki dire lontan ka koze pwoblèm sante nan sistèm nève an. Plon ka fè tansyon ateryèl ou monte, li ka bay pwoblèm nève, pwoblèm memwa ak pwoblèm konsantrasyon, epi doulè nan misk ak nan jwenti. Plon akimile ak estoke nan zo yo. Nan epòk menopòz, lè zo yo kòmanse fisire, plon ka soti nan zo yo pou bay kòm rezilta yon to plon elve nan san an. Menm si se yon sèvis piblik ki ba w dlo lakay ou, li ka gen plon ladann poutèt kowozyon nan sistèm plonbri kay la oswa poutèt tiyo nan lari yo ki ka fèt ak plon.

### Asenik:

Gen prèv ki montre ke yon kontak a lontèm ak yon kantite elve asenik kapab bay kansè, li ka agrave pwoblèm kadyovaskilè ki deja egziste epi li ka ogmante nivo to dyabèt nan yon moun ki dyabetik. Kontaminasyon ak asenik ka rive natirèlman (apatide jewoloji rejyon an) oswa li ka rive poutèt pratik endistryèl oswa agrikòl ki mande pou yo mete pwodwi chimik ki gen asenik nan tè a. Ajans pwoteksyon anviwònman an (EPA nan lang angle) etabli yon estanda pou sistèm distribisyon dlo potab piblik yo pou yo sèten ke moun pa p ekspoze a dè nivo asenik twò elve. Sepandan, estanda sa a pa kouvri pwi ki prive yo, ni sistèm ki gen mwens pase

<sup>1</sup> Mead PS, Slutsker L, Dietz V, McCaig LF, Bresee JS, Shapiro C, Griffin PM, Tauxe RV. Food-Related Illness and Death in the United States (Maladi ak Lanmò ki gen rapò ak manje Ozetazini). *Emerging Infectious Diseases* (Emèjans Maladi Enfektive), 1999; 5(5): 607-625

## Dezidratasyon – (bezwen bwe dlo)

Adilt ki pi aje yo kouri risk pou yo dezidrate paske ofiramezi yon moun ap vyeyi, sansasyon swaf la diminye e yo pa santi bezwen pou yo bwè dlo osi souvan ke lè yo te pi jèn. Epitou yo ka petèt pran dè medikaman ki ogmante risk pou yo dezidrate oswa yo ka soufwi ak kèk kondisyon fizik ki rann mouvman bwè a difisil. Lè moun ekspoze a mikwo-òganism ki nan dlo, yo ka fè moun sa yo tonbe malad e ka ba yo dyare, e sa ka ogmante risk pou yo dezidrate.

Siy dezidratasyon yo enkli ladan yo:

- Bouch sèch oswa bouch lakòl
- Yon ti kantite irin oswa okenn irin; irin ki vinn konsantrè a parèt jòn fonce
- Yon mankman sou dlo nan zye
- Zye fon
- Kannannan oswa nan koma (lò gen yon dezidratasyon grav)

Pwiske dezidratasyon se yon danje pou lavi w, fò w bwè anpil dlo chak jou. Si w diminye konsomasyon dlo nan tiyo w paske w pa renmen gou li oswa w pè pou kalite li, ou dwe trete dlo a oswa chache yon lòt sous pou jwenn dlo jiskaske pwoblèm nan rezoud.

15 priz oswa ki sèvi 25 moun sèlman. Si dlo tiyo w bwè a soti nan yon pwi oswa nan yon ti sistèm, li ta bon pou ta fè teste li pou asenik.

### Radon:

Gaz radon se dezyèm kòz majè ki bay moun kansè poumon Ozetazini. Yo estime ke omwen 1 kay sou 15 gen yon nivo elve gaz radon ladan l. Radon espesyalman danjere paske li envizib et sanzodè. Yo jwenn li nan wòch, tè ak dlo. Si dlo tiyo lakay ou soti nan yon pwi, gaz radon ka degaje nan lè a pandan w ap benyen. Si kay ou gen yon nivo elve gaz radon ladan l, dlo ki soti nan pwi ou a ka youn nan sous li yo.

## Kòman Pou m Evite Risk ki an Relasyon ak Dlo?

Premye bagay pou fè se ranseye w sou avi ki soti nan depatman lasante nan vil ou an oswa avi ki soti nan depatman anviwònman an, epi swiv konsèy yo. Pran ransèyman sou dlo w ap sèvi a epi chèche konnen si w ta dwe fè teste li pou sèten kontaminan.

- **Pran Ransèyman Sou Dlo Potab ou a:** Si dlo tiyo w soti nan yon sistèm distribisyon dlo piblik, li dwe satisfè estanda EPA yo. Yo egzije Konte yo founi abone yo rapò sou tès yo fè. Tcheke rapò anyèl sou kalite dlo founisè w lan, ke yo rele tou rapò de konfyans pou konsomatè oswa rele founisè a pou mande l si w dwe gen enkyetid konsènan sèten tip polisyon. Si w rete nan yon apatman, mande manadjè a pou l afiche rapò de konfyans pou konsomatè a nan yon lye piblik. Si dlo a vini apatide de yon pwi, li pa gen pou l satisfè estanda EPA yo. Tout moun lakay ou dwe pran dè prekosyon espesyal, tankou fè tès anyèl pou asire yo ke dlo w sèvi a pa gen danje pou sante w.
- **Swiv Tout Anons Piblik sou Dlo Potab:** Founisè dlo w lan oblije emèt yon anons sou journal, nan radyo, televizyon, pa lapòs oswa bay yon mesaj e an men pwòp si gen yon ijans poutèt maladi moun ap pran nan dlo a. Anons lan w dekri tout prekosyon w dwe pran, tankou bouyi dlo a oswa itilize dlo yo vann nan boutèy. Swiv konsèy founisè dlo a. Lè w bouyi dlo a pandan yon minit, sa ta dwe touye nòmman tout mikwo-òganism yo men li pa p elimine kontaminasyon chimik yo.

- **Kontakte Founisè Dlo w a Pou sa Konnen si w Dwe Teste li pou Plon:** Ou pa sa wè, santi oswa pran gou plon. Rele depatman lasante nan vil ou an oswa founisè dlo w pou w konnen si w dwe teste dlo a pou plon. Piga bouyi dlo a. Pase lè w bouyi dlo a, sa pa p retire plon nan dlo a e li ka menm agrave pwoblèm nan paske konsantrasyon plon an ap ogmante ofiramezi ke dlo a ap evapore. Si w panse ke sistèm plonbri w lan ka kontni plon, itilize dlo frèt sèlman pou bwè ak fè manje. Kite dlo frèt la koule jiskaske l vin frèt anpil, espesyalman si w pat itilize dlo a depi plizyè èdtan. Pou ka gen plis enfòmasyon, rele Sant Nasyonal Enfòmasyon sou Plon (National Lead Information Center) nan (800) 426-4791.
- **Tès pou Radon nan Lè Lakay Ou** Gen plizyè kalite twous ki gen ladan yo dè tès bon mache pou radon ke yo rele “do-it-yourself (fè l poukont ou)” (*nan lang angle*) ke w ka achte pa lapòs oswa nan kenkayri. Oubyen ou ka fè yon pwofesyonèl kalifye vini pou fè yon tès pou radon. Si w jwenn yon kantite radon ki elve nan kay la, li ka rantre atravè dlo oswa atravè tè a. Si dlo a vini apatide yon distribisyon dlo piblik, kontakte founisè a. Si w gen radon nan dlo ki soti nan pwi lakay ou, rele nimewo ijans pou dlo potab EPA a nan (800) 426-4791.

## Danje ki Genyen lè w ap Naje nan Dlo

Yo ankouraje tout vyeya pou yo rete fizikman aktif. Laplpa de plaj yo pa prezante okenn danje pou naje yo; sepandan dlo plaj yo ka kontni dè mikwo-òganism envizib ki bay maladi. Lè w naje nan dlo kontamine, sa ka ba w dè maladi ki pa grav tankou malgòj ak dyare. Lòt adilt ki gen yon sistèm iminitè ki fèb gen plis chans pou yo vin malad apatide dlo ki kontamine.

- **Fèmti Plaj:** Leta, tribi ak ajans gouvènman lokal pou lasante oswa ajans pou anviwònman yo mezire epi idantifye nivo mikwo-òganism ki nan plaj yo pou evalye si dlo a satisfè estanda EPA pou lasante yo. Lò nivo mikwo-òganism yo pa konfòm, ajans yo poze dè panno davètisman oswa yo fèmen plaj la. Nivo sa yo gen plis chans pou yo elve lè tanpèt fin pase. Li enpòtan pou ke vyeya

ki gen pwoblèm sante yo tcheke e swiv avètisman pou plaj yo, paske yo pi sansib a mikwòb ke adilt ki ansante yo.

## Danje ke Enfiltrasyon Dlo ka Bay nan Kay, Espesyalman apre Inondasyon

Lè yon kay pa byen antretni, li ka vin yon sous potansyèl ki ka ekspozè vyeya a kontaminan. Si reparasyon ki nesèsè pou fèt nan kay la yo pa fèt a tan, li ka okazyon yon akimilasyon ekseksif imidite oswa dlo anndan kay la. Sa ka rezilte nan devlopman mwazisi, sitou si pwoblèm imidite a rete san pèsonn pa okouran de li. Mwazisi ka koze dè reyaksyon alèjik nan endividi ki sansib, tankou etèniman, nen koule, zye wouj ak chofi (dèmit) epi, nan ka ki pi grav yo, pwoblèm respiratwa. Ou ka vin an kontak avèk polyan ki nan dlo a lè sistèm egou ki nan kay la remonte. Sa ka rive ankò si tiyo ki pou pèmèt drenaj dlo sal la bouche poutèt enfiltasyon rasin pye bwa ki kòz ou al konekte sou rezo drenaj piblik la oswa yon fòs septik. Retou dlo drenaj patikilyèman komen apre lavalas lapli katastwofik ki pwovoke inondasyon yo.

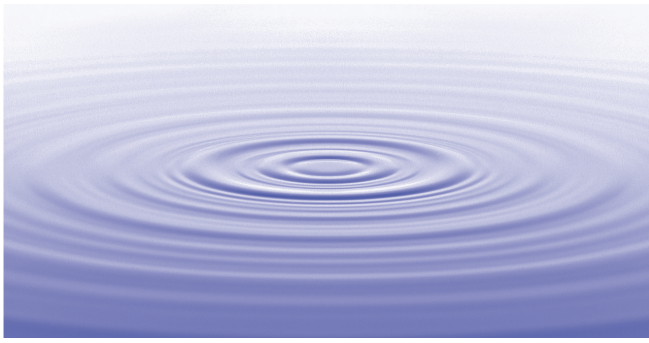
- **Enspekte Lakay ou pou Fwit Dlo:** Etabli yon pwogràm regilye pou enspekte kay ou pou fwit dlo nan pyès twalèt, basen pou fè lesiv ak arebò fenèt ak pòt yo. Pa neglije devèswa dlo twati ak kondwi dlo yo. Chèche pou wè si gen kote flo ap fwite.
- **Elimine Dlo pou w sa Elimine Mwazisi:** Mwazisi bezwen dlo pou li devlope. Si pou anpeche mwazisi, se pou repare tout fwit nan plonbri ak nenpòt lòt pwoblèm dlo leplito ke posib. Foubi tout sifas ki di ak dlo savon pou wete mwazisi epi seche yo byen. Pou w sa elimine mwazisi lakay ou, fòk ou netwaye pou retire l epi fòk ou elimine sous dlo a. Gen kèk pwodwi netwayaj ki fèt espesyalman pou trete devlopman mwazisi.
- **Apre yon Inondasyon, Netwaye Kote ki Domaje yo:** Inondasyon koze risk pou lasante. Dlo inondasyon ka charye dlo egou ak lòt bagay anndan lakay ou. Menm si dlo inondasyon an pwòp, dlo ki pa ka koule ak materyèl

## Kisa pou m Fè Si Mwen pa Kapab Bwè Dlo Pa m?

Lò gen devèsman dlo oswa tretman tanporè pou kèk pwoblèm nan dlo, ou ka pa kapab bwè dlo lakay ou pou yon ti tan. Moun ki gen dè bezwen espesyal pou sante yo oswa ki viv nan dè kote ki rekoni pou kontaminasyon dlo yo ka oblije konsidere dè sous dapwovizyonman dlo ki diferan pandan yon tan ki pi long.



- **Swiv Sa Anons Piblik sou Dlo Potab yo di pou w Fè:** Founisè dlo w lan oblije emèt yon anons sou jounal, nan radyo, nan televizyon, pa lapòs oswa bay yon mesaj an men pwòp si gen yon ijans poutèt maladi moun ap pran nan dlo a. Anons lan va dekri tout prekosyon w dwe pran, tankou bouyi dlo a oswa itilize dlo yo vann nan boutèy. Swiv konsèy founisè dlo a. Lè w bouyi dlo a pandan yon minit, sa ta dwe touye nòmalman tout mikwo-òganism yo men li pa p elimine kontaminasyon chimik yo.
- **Bwè Dlo nan Boutèy:** Plizyè konpayi lwe oswa vann dè distribitè dlo oswa fontèn, epi yo livre boutèy dlo nan kay prive ak nan biwo regilyèman. Men dlo nan boutèy ka pi chè pase dlo ki distribiye nan sistèm dlo piblik yo. Kalite dlo nan boutèy yo varye selon diferan mak yo, poutèt varyasyon nan sous dlo yo itilize yo, nan kou ekspwatasyon yo ak pratik de pwodiksyon konpayi yo. Moun ki gen sistèm iminitè defektye ta dwe li etikèt ki sou boutèy dlo yo pou asire ke yo itilize yon tretman estrik tankou osmoz envès, distilasyon, reyon iltravyolè oswa filtraj atravè yon filt mikwon 1 absolè pou dlo a. Pou plis enfòmasyon pou w ka konnen si dlo nan boutèy ou achte a satisfè estanda FDA yo, tcheke ak NSF (nan lang angle) Entènasyonal ([http://www.nsf.org/consumer/bottled\\_water/](http://www.nsf.org/consumer/bottled_water/) oswa rele nan 877-8-NSF-HELP).
- **Enstale yon Sistèm de Tretman Dlo Adomisil:** Si w gen yon pwoblèm dlo a lontèm, li ka nesèsè pou w trete dlo lakay ou. Tretman pou lakay yo enkli itilizasyon filt ou mete dirèkteman sou tiyo a oswa sa w mete ant koneksyon ki sot nan tiyo alimantasyon prensipal la ak sa ki rantre nan kay la. Si w gen pwoblèm gaz radon, tretman adomisil la ka yon solisyon.



ki rete mouye vin yon bèso de repwodiksyon pou mikwo-òganism. Retire dlo ki pa koule, seche kay ou byen seche epi jete tout materyèl ki mouye. Netwaye ak dezenfektan tout kote ki domaje pou diminye risk pou pran maladi. Ou ka oblije ranplase tapi, rido ak mèb ou yo si dlo sal antre lakay ou.

- **Apres yon Inondasyon, Enspekte Pwi w yo:** Si w gen yon pwi ki prive, pa fè ponp dlo an pati, pa itilize dlo pwi a ni pou bwè ni pou lave. Pale avèk depatman lasante leta a oswa depatman lasante nan vil ou a pou konn ki prekosyon ou dwe pran.

## Kòman pou Mwen Pwoteje Dlo ki Soti nan Pwi Prive Mwen?

Apwovizyonman prive nan dlo potab pa gen pou satisfè estanda EPA yo. Si dlo w bwè a soti apatide yon pwi, ekspè yo pa otomatikman teste li pou idantifye pwoblèm ladan li. Ou fèt pou pran pèsònèlman tout prekosyon posib pou asire pwoteksyon ak antretyen dlo potab ou a.

### Idantifye Pwoblèm Potansyèl

Idantifikasyon pwoblèm potansyèl se premye pa nan pwoteksyon dlo potab ou. Kòmanse pa konsilte yon ekspè lokal tankou depatman lasante lokal ou, yon ajan estansyon agrikòl, yon biwo distribisyon dlo piblik ki tou pre w oswa yon jeyològ nan yon inivèsite lokal. Mande yo enfòmasyon sou ki pwoblèm ki ka afekte kalite dlo ki nan pwi w la.

### Teste Dlo Pwi w Chak Ane

Chak ane, fè teste dlo pwi w pou wè si gen bakteri, nitrat, solid ki dilye totalman ladann ak nivo to pH li. Si w sispèk gen lòt kontaminan ladann, fè teste yo tou. Anpil kontaminan pa gen koulè ni odè, kidonk si w pa teste dlo a, ou pa p kapab konnen si w gen yon pwoblèm.

Ou dwe teste dlo w pi souvan si:

- kèk maladi ineksplike tonbe sou fanmi w
- w wazen w yo jwenn dè kontaminan danjere nan dlo yo
- ou remake yon chanjman nan gou dlo an, nan odè li, nan koulè li ak transparans li
- gen yon devèsman pwodwi chimik oswa kabiran nan pwi w oswa tou pre li
- ou ranplase oswa repare yon pati nan sistèm pwi w lan

## Kòman pou w Anpeche Pwoblèm

Kenbe tout fètilizan, pestisid, èbisid, kabiran ak lòt polyan lwen pwi w. Fè atansyon lè w ap travay oswa lè w ap koupe gazon arebò pwi w. Kontakte depatman lasante nan vil ou a pou w mande chak konbyen tan ou dwe ponpe ak enspekte sistèm drenaj septik ou an. Piga jete okenn materyèl danjere nan sistèm drenaj septik ou yo.

## Kòman Pou M Jwen Piplis Enfòmasyon?

Pwogram Vyeyès ak Inisyativ EPA (EPA's Aging Initiative) ap travay pou pwoteje vyeya kont tout risk pou lasante atravè kowòdinasyon ant rechèch, estrateji prevantif ak edikasyon piblik. Pou plis enfòmasyon, vizite: [www.epa.gov/aging](http://www.epa.gov/aging)

## Resous adisyonèl:

Dlo tiyo: What you Need to Know (Kisa ou bezwen konnen)

<http://www.epa.gov/safewater/wot/index.html>

Arsenic in Drinking Water (Asenik nan dlo potab)  
[www.epa.gov/safewater/arsenic.html](http://www.epa.gov/safewater/arsenic.html)

Beaches (Laplaj)  
[www.epa.gov/beaches/](http://www.epa.gov/beaches/)

Consumer's Guide to Radon Protection (Gid pou konsomatè sou pwoteksyon kont radon)  
<http://www.epa.gov/radon/pubs/consguid.html#howenters>

Emergency Disinfection of Drinking Water (Dezenfeksyon ann ijans pou dlo potab)  
<http://www.epa.gov/safewater/faq/emerg.html>

Floods (Inondasyon)  
<http://www.epa.gov/iaq/pubs/flood.html>

Guidance for people with Severely Weakened Immune Systems (Asistans pou moun ki gen Sistèm Iminite ki Sevèman Diminye)  
<http://www.epa.gov/safewater/crypto.html>

Information for Private Well Owners (Enfòmasyon pou Pwopriyete Pwi Prive)  
<http://www.epa.gov/safewater/privatewells/whatdo.html>

Mold Resources (Resous pou Mwazisi)  
[www.wpa.gov/mold/moldresources.html](http://www.wpa.gov/mold/moldresources.html)

Safe Drinking Water (Dlo Potab ki san danje)  
<http://www.epa.gov/safewater/dwinfo/index.html>



Haitian Creole translation of: *Water Works*

Publication Number EPA 100-F-07-002