பாதுகாப்பான குடிநீர் - பின்பற்றவேண்டிய வழிமுறைகள்

ஆறு, ஏரி, குளம், குழாய் ஆகியவற்றிலிருந்து கிடைக்கும் நீரில் காலரா மற்றும் பிற நோய் பரப்பும் கிருமிகள் கலந்திருக்க வாய்ப்பு உண்டு. இவ்வகை நீரை குடிப்பதற்கோ, சமைப்பதற்கோ பயன்படுத்தும் முன்பு கொதிக்க வைத்து, குளோரின், சுண்ணாம்பு அல்லது எலுமிச்சை கலந்து சுத்திகரிக்க வேண்டும். இதனை செய்வதனால் மட்டும் குடிநீர் பாதுகாப்பான குடிநீர் ஆகாது. **அடியில் தங்கும் கிருமிகள் மற்றும் தூசுகள் கலந்த வண்டலை வடிகட்டிய பிறகே பயன்படுத்த வேண்டும்.**

1. **ஆறவைத்து வடிகட்டுதல்:**
   - நீரில் கலந்திருக்கும் தூசுகள் அடியில் படிய விட்டு, நீர் தெளிவாகும் வரை ஆற வைக்க வேண்டும்.
   - தெளிவான நீரை சுத்தமான துணியை பயன்படுத்தி வடிகட்ட வேண்டும்.

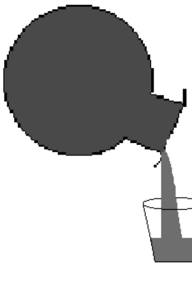
வடிகட்டுதல் : ஒரு சுத்தமான புடவையை நான்காக மடித்து அதனை வடிகட்ட பயன்படுத்தலாம். வடிகட்ட பயன்படுத்திய துணியை கிருமி நாசினியிட்டு நன்றாக துவைத்து வெயிலில் காயவைக்க வேண்டும்.

2. **கொதிக்க வைத்தல் (அ) குளோரின் சேர்த்தல்:**
   - நீரை நன்றாக கொதிக்க வைக்க வேண்டும். (நீர் கொதிநிலை அடைந்து மேலும் 2 நிமிடங்கள்).
   - கொதித்த நீரை ஒரு சுத்தமான பாத்திரத்தில் ஊற்றி ஆற வைக்க வேண்டும்.

குளோரின் சேர்த்தல்: ஒரு லிட்டர் நீருக்கு ஒரு சிட்டிகை அளவு வீட்டில் பயன்படுத்தும் குளோரினை கிருமி நாசினியாக பயன்படுத்தலாம். அதிக அளவு நீர் எனில், 20 - 25 லிட்டர் நீருக்கு ஒரு தேக்கரண்டி அளவு(5 மில்லி) குளோரின் சேர்க்கலாம்.

இந்த கரைசலை நீரில் நன்கு கலந்து 12 மணி நேரம்(குறைந்தது ஒரு இரவுப் பொழுது) கழித்து பயன்படுத்தலாம்.

எலுமிச்சை பயன்படுத்தும் முறை:
(இம்முறை கிருமிகளை முழுதும் கொல்லாது. ஆனால் மேற்கண்ட முறைகளை பின்பற்றாவிடில் கூட, எலுமிச்சை பல காலரா நோய்கள் வராமல் தடுக்கும்.)

- காலரா கிருமிகளை கொல்வதற்கு, 1 லிட்டர் நீருக்கு 1 எலுமிச்சம் பழம் வீதம் கலந்து பயன்படுத்தலாம்.

3. **குடிநீருக்காக பயன்படுத்தும் பாத்திரங்களை சுத்தமாக வைத்திருக்க வேண்டும்.**
   - குடிநீர் சேகரிக்கும் பாத்திரங்கள் சுத்தமாக இருக்கிறது என்பதை கவனத்தில் கொள்ளவும். பாத்திரங்களை கையாள்வதற்கு முன் கைகளை சோப்பினால் கழுவ வேண்டும்.
   - குடிநீர் எடுப்பதற்காக பயன்படுத்தும் சிறு குவளைகள், சிறு பாத்திரங்களை நீரினுள் விட்டு முகர்வதை தவிர்க்க வேண்டும். நீர் சேகரித்த பாத்திரங்களை தூக்கி சிறு பாத்திர்ங்களில் ஊற்றி பயன்படுத்த வேண்டும்.