

## Quelques généralités

 <p>L'eau est indispensable à la vie, l'être humain peut tenir plusieurs semaines sans se nourrir mais peut tenir seulement quelques jours sans boire.</p> <p>Les cas de déshydratation surviennent en cas d'exposition prolongée au soleil, d'activité soutenue dans un milieu chaud mais également dans une atmosphère très humide.</p> <p>En cas de pénurie d'eau douce et si on ne trouve pas de proximité d'un océan ou au milieu d'un océan pour les naufragés l'être humain peut alterner sans problèmes notables un régime de 6 jours d'eau salée et 3 jours d'eau douce pour purger le surplus de sel.</p> <p>L'eau peut transmettre différentes maladies dues aux parasites, aux bactéries et aux virus. Il faut souligner qu'un traitement approprié en fonction de la situation minimise la majorité des risques.</p><h2>Les différents risques sanitaires</h2> <p>Ceci est une énumération des différentes maladies mais il faut souligner qu'elles peuvent être évitées ou évitées avec quelques bons réflexes comme la filtration de l'eau, sa purification et éviter de se baigner dans les eaux stagnantes, surtout près des habitations.</p> <p>Mis à part l'eau, les aliments souillés par de l'eau contaminée sont concernés. Les fruits et légumes doivent donc être nettoyés ou simplement lavés. Les glaçons sont également à risque.</p><h3>Les parasites</h3> <ul> <li><strong>Amibes</strong> : petit protozoaire qui provoque des saignements intestinaux et la dysenterie, une déinfection de l'eau minimise ce protozoaire.</li> <li><a href="index.php?option=com\_content&view=article&id=84&Itemid=115"><strong>Bilharziose</strong></a> : contamination lors de baignade dans des eaux stagnantes ou calmes.</li></ul><h3>Les bactéries</h3> <ul> <li><a href="index.php?option=com\_content&view=article&id=86&Itemid=109"><strong>Choléra</strong></a> : c'est une maladie rare chez le voyageur et directement liée à de très mauvaises conditions d'hygiène (absorption de matière fécale).</li> <li><a href="index.php?option=com\_content&view=article&id=108&Itemid=111"><strong>Typhoïde</strong></a> : responsable de plus de 10 millions de morts dans le monde, la vaccination est conseillée.</li></ul><h3>Les virus</h3> <ul> <li><a href="index.php?option=com\_content&view=article&id=92&Itemid=104"><strong>Hépatite A</strong></a> : provoque des atteintes au foie voire dans certains cas la mort, un vaccin efficace existe.</li> <li><a href="index.php?option=com\_content&view=article&catid=40%3Avirus&id=99%3Ala-poliomyelite&option=com\_content&Itemid=60"><strong>Poliomyélite</strong></a> : provoque la paralysie puis la mort, un vaccin efficace existe.</li></ul><h2>Traiter l'eau</h2> <p>Avant toute chose, il faut veiller à rendre l'eau "propre" c'est-à-dire la filtrer afin de diminuer la turbidité (l'eau est trouble). Beaucoup de germes et de parasites se protègent au sein de ces particules.</p> <p>On peut opter pour faire bouillir l'eau afin de détruire tout ce qui s'y trouve, les germes et autres parasites résistent plus facilement si des particules sont présentes, d'où l'intérêt du filtrage.</p> <p>Il existe des agents chimiques pour traiter l'eau. Le plus efficace est l'alcool iodé mais son utilisation doit être limitée dans le temps afin d'éviter des problèmes de santé sur la thyroïde.</p> <p>Les produits à base de <strong>Ions Argent</strong> sont efficaces et permettent de supprimer en 30 minutes les bactéries et virus et en 2 heures les parasites. En outre ce produit permet de conserver l'eau pendant 6 mois. Percherie utilise ce produit pour son camion et semble parfaitement fonctionner (aucune maladie intestinale en 6 mois).</p> <p>La meilleure méthode d'obtenir principalement des informations que peuvent fournir les habitants ainsi que les occidentaux vivant sur place. Parfois l'eau courante peut être potable au prix d'une forte utilisation de chlore (javel).</p><h2>Ressources</h2> <ul> <li><a class="lien\_ext" href="http://www.routard.com/guide/code\_dest/cambodge/id/1411.htm" title="Article du pays sur"></a></li></ul>

## L'eau

Écrit par Percherie -

---

le Routard">Routard</a>, le site du c♦♦re guide du routard.</li> </ul>