



Vệ Sinh Cá Nhân

Cho Người Làm Công Việc
Liên Quan Đến Thực Phẩm



Muốn Tìm Hiểu Thêm

Bộ Dịch Vụ Nhân Sinh còn ấn hành nhiều tập sách mỏng khác về đề tài này, bao gồm::

- *Chuẩn Bị Thực Phẩm và Xử Lý Thực Phẩm Một Cách Vệ Sinh.*
- *Lưu Trữ và Trưng Bày Thực Phẩm Một Cách An Toàn.*
- *Ngộ Độc Thực Phẩm – Cách Ngăn Ngừa*

Muốn biết thêm chi tiết, Quý vị có thể coi những tập hướng Dẫn do Cơ Quan An Toàn Thực Phẩm (Food Safety Victoria) ấn hành. Quý vị có thể xin những tập hướng dẫn này tại Hội Đồng Thành Phố địa phương của quý vị hay tại cơ quan An Toàn Thực Phẩm Victoria (Food Safety Victoria). Phòng Y Tế tại Hội Đồng Thành Phố địa phương của quý vị cũng có thể cho quý vị biết về những khoá học dành cho những người phải tiếp xúc với thực phẩm trong nghề nghiệp của họ.

Food Safety Victoria Hotline 1300 364 352

www.foodsafety.vic.gov.au

An Toàn Thực Phẩm Victoria là một chương trình thuộc Ngành Y Tế Công Cộng của Bộ Dịch Vụ Nhân Sinh. Chương trình này có trách nhiệm quảng bá và theo dõi, kiểm soát cách thức xử lý thực phẩm an toàn trong tất cả các dịch vụ thực phẩm tại Victoria.

Published by Food Safety Victoria, Public Health Division,
Victorian Government Department of Human Services,
April 2001.



Khi Nào Quý Vị Cần Phải Rửa Tay

Rửa tay trước khi tiếp xúc với thực phẩm. Trong khi làm việc, nên rửa tay thường xuyên.

Quý vị cần phải rửa tay sau khi:

- Đi toilet
- Tiếp xúc với thực phẩm sống
- Hỉ mũi
- Đụng tay vào rác
- Đụng tay vào tai, mũi hay các bộ phận khác của cơ thể
- Hút thuốc
- Mỗi lần nghỉ
- Đụng tay vào súc vật

Vệ Sinh Tốt Là Kinh Doanh Phát Đạt

Vệ sinh cá nhân tốt không những là điều cần yếu để tránh làm thực phẩm bị nhiễm khuẩn mà còn có lợi cho dịch vụ của quý vị nữa. Khách hàng đều muốn thấy nhân viên bán thức ăn rất thận trọng trong việc vệ sinh và cách họ áp dụng phương thức an toàn trong khi tiếp xúc với thực phẩm.

Quý vị hãy thử đặt mình vào vị trí của khách hàng và quan sát xem các bạn đồng nghiệp của quý vị xử lý thực phẩm như thế nào. Quý vị có muốn ăn đồ ăn tại nhà hàng của quý vị không?

Vệ Sinh

Ngộ độc thực phẩm là một vấn đề y tế nghiêm trọng. Là một người làm công việc phải tiếp xúc với thực phẩm – dù cho quý vị là người phụ bếp, người thợ sản xuất trong kỹ nghệ chế biến thực phẩm, người phụ bán hàng ăn hay là người chuyên làm sẵn ụch – quý vị đều có trách nhiệm phải giữ an toàn khi tiếp xúc với thực phẩm.

Bằng cách lưu trữ, trưng bày và tiếp xúc với thực phẩm một cách an toàn, quý vị đã:

- Bảo vệ người khác khỏi bị bệnh hoạn.
- Bảo vệ công việc của quý vị.
- Bảo vệ tiếng tăm của quý vị trong kỹ nghệ thực phẩm.
- Bảo vệ dịch vụ kinh doanh của quý vị.

MỘT TRƯỜNG HỢP NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM CÓ THỂ LÀM MỘT DỊCH VỤ KINH DOANH PHẢI ĐÓNG CỬA.

Vệ Sinh Cá Nhân

Một điều quan trọng để ngăn ngừa thực phẩm khỏi bị nhiễm khuẩn là duy trì tiêu chuẩn vệ sinh cá nhân cao và sạch sẽ.

Ngay cả những người mạnh khỏe cũng mang theo vi khuẩn trong người. Qua việc đụng vào các bộ phận trong cơ thể như mũi, miệng, hay móng của quý vị, quý vị có thể đưa vi khuẩn từ tay quý vị qua thực phẩm.

Rửa Tay

Rửa tay kỹ là một cách thức tốt để giảm nguy cơ làm thực phẩm bị nhiễm khuẩn. Rửa tay bằng xà bông và dùng quên lưng bàn tay, cổ tay, các khe ngón tay và dưới móng tay của quý vị.

Làm khô tay ngay sau khi rửa. Luôn luôn làm khô tay bằng khăn giấy dùng xong rồi bỏ, máy thổi khô nhưng không bao giờ được lau khô tay bằng cách chùi vào quần áo

Rửa tay trước khi tiếp xúc với thực phẩm và rửa tay thường xuyên trong khi làm việc.

Những Cách Thức Khác Vi Khuẩn Có Thể Lan Truyền

Có một số cách thức khác mà vi khuẩn có thể lan truyền. Trong một khu vực đang làm việc với thực phẩm hoặc nơi lưu trữ thực phẩm, quý vị dùng bao giờ nên:

- Hút thuốc
- Nhai kẹo cao su
- Khạc nhổ
- Thay tã cho con nít
- Ăn

Tóc, nữ trang và quần áo cũng có thể chứa vi khuẩn và làm

Vi khuẩn lây lan:

- Nếu quý vị có tóc dài, hãy cột về phía sau hay che phủ tóc lại.
- Chỉ nên đeo nhẫn trơn.
- Chỉ nên đeo bông tai trơn.
- Mặc áo bảo hộ sạch ra ngoài quần áo thường.

Quý vị cũng nên để móng tay ngắn cho dễ rửa. Dùng sơn móng tay vì sơn có thể mẻ ra và rơi vào thực phẩm. Giữ quần áo để thay và những vật dụng cá nhân xa chỗ chứa thực phẩm và chế biến thực phẩm.

Đứt Tay và Những Vết Thương

Nếu quý vị bị đứt tay hay bị những vết thương, phải băng những vết cắt hay vết thương này bằng những băng không thấm nước. Nếu vết thương ở trên tay, quý vị cần mang găng tay loại dùng một lần rồi bỏ để che phủ chỗ vết thương đã băng.

Cả băng vết thương lẫn găng tay nên được thay đổi thường xuyên. Dùng những miếng băng vết thương có màu sáng để quý vị có thể dễ thấy khi những miếng băng này rơi ra.

Bệnh Hoạn

Khi đang bị bệnh, quý vị không được làm việc vì bệnh có thể lây lan qua đường thực phẩm.

Những bệnh này bao gồm cả bệnh viêm dạ dày ruột(thường gọi là ‘gastro,) viêm gan loại A và E.