

สุขนิสัยที่ดีในการปรุงประกอบและจำหน่ายอาหาร

หลักสำคัญในการเสิร์ฟอาหารคือต้องไม่ให้อาหารที่สุกแล้ว
ถูกปนเปื้อน โดย



สุขนิสัยที่ดีในการจำหน่ายอาหาร

ปกป้องอาหารไม่ให้เกิดการปนเปื้อน โดยเก็บในตู้
ซึ่งด้านหน้าต้องมีบานกระจก



ใช้ทัพพี ช้อน หรือปากคีบตักหรือจับอาหาร

สุขนิสัยที่ดีในการดูแลและรักษาความสะอาดภายในร้าน

หมั่นทำความสะอาด
เช็ด ล้าง ห้อยครีว
หรือรีบประสานอาหาร
อยู่เสมอ



ควรเก็บโต๊ะอาหาร
หลังจากลูกค้า
รับประทานอาหาร
เสร็จทันที



ดูแลรักษาความสะอาด
ห้องส้วมเสมอ



สูงวิทยาส่วนบุคคล ผู้สัมผัสอาหาร



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

สำนักสุขกบาลอาหารและน้ำ
กรมอนามัย



ผู้สัมผัสอาหาร คือใคร?



สุขวิทยาส่วนบุคคลของผู้สัมผัสอาหาร

ผู้สัมผัสอาหารต้องปฏิบัติตามที่ถูกต้องในเรื่อง

การปฏิบัติตน
ให้มีความสุข



สุขนิสัยที่ดี
ในการปรุงประกอบ
และจำหน่ายอาหาร

การปฏิบัติตนให้มีความสุข



1. อาบน้ำชำระร่างกายทุกวันและสระผมอย่างน้อยสัปดาห์ละ 2 ครั้ง และต้องหมั่นรักษาความสะอาดของมืออยู่เสมอ

รับประทานอาหารที่สุก
สะอาดในปริมาณที่เพียงพอ



2.



3.

เมื่อเจ็บป่วยควรรับปรึกษาแพทย์ และรักษาให้หาย และควรตรวจร่างกายประจำปี

สุขนิสัยที่ดีของผู้ปรุง-ผู้เสิร์ฟ และผู้จำหน่ายอาหาร

เตรียมพร้อม
ก่อนเข้าครัวโดย

- แต่งกายให้สะอาด สวมเสื้อมีแขน ผูกผ้ากันเปื้อนสีขาว ใส่หมวกหรือเอนกคลุมผม
- ล้างมือให้สะอาดก่อนเตรียมปรุงอาหารทุกครั้ง
- ดัดเล็บให้สั้น และไม่ทาเล็บ
- ถ้ามีบาดแผลที่มือต้องรับรักษาและปิดพลาสเตอร์ให้มิดชิด

1.

ระหว่างการ
เตรียม-ปรุงอาหาร

- รับประทานอาหารอย่างน้อย 60 ชม.
- ใช้ผ้าสะอาดปิดปากทุกครั้ง เมื่อไอ จาม
- ช้อนอาหารในขณะปรุงต้องตักใส่ถ้วยหรือช้อนขึ้นต่างหาก
- ล้างอาหารดิบก่อนปรุงและปรุงอาหารให้สุกทั่วถึงเสมอ

2.



ข้อกำหนดด้านกฎหมายสาธารณสุข

ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหารต้องผ่านการอบรมตามหลักสูตรการสุขาภิบาลอาหาร จากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นหรือหน่วยงานจัดการอบรมตามที่กฎหมายสาธารณสุขกำหนด

ผู้สัมผัสอาหาร

อาจแพร่โรคไปสู่ผู้บริโภคได้โดย

1

เป็นพาหะของโรค หมายถึง เป็นผู้ที่มีเชื้อโรคอยู่ในตัวแต่ไม่แสดงอาการ

2

เป็นโรคซึ่งสามารถติดต่อได้ทางมือ น้ำมูก น้ำลาย เช่น

- โรคอุจจาระร่วง มีด ไทฟอยด์ เชื้อโรคอาจติดไปกับมือของผู้สัมผัสอาหารได้ หากล้างมือไม่สะอาด
- โรคหัด วัณโรค ซึ่งเป็นโรคติดต่อโดยน้ำมูก น้ำลายของผู้ป่วยเมื่อพูดคุยนหรือจามรดอาหารจะทำให้เกิดเชื้อโรคจากของสู่อาหารได้

3

ทางบาดแผล ผู้สัมผัสอาหารเป็นแผล ฝีหนอง เชื้อโรคอาจปนเปื้อนในอาหารระหว่างการเตรียม-ปรุงได้