



معاونت درمان
دانشگاه علوم پزشکی تبریز



گروه پزشکی شفا

کتابچه واحد آشپزخانه

واحد بهداشت محیط
بیمارستان شفا تبریز

۱۴۰۴-۱۴۰۵

فهرست مطالب

۳	تعاریف و اصطلاحات
۴	بهداشت فردی
۴	شستن دست ها
۶	ضد عفونی کننده های دست
۶	مراقبت از ناخن
۶	لباس
۷	زیورآلات
۷	کارت بهداشت
۸	رفتارهای بهداشتی
۹	گندزدایی
۱۱	جداسازی تجهیزات در طول تمیز کردن و گندزدایی
۱۱	نکات کلیدی برای تمیز کردن و گندزدایی
۱۳	پاک کردن و گندزدایی در محل با استفاده از مواد شیمیایی
۱۴	برنامه تمیز کردن

تعاریف و اصطلاحات

- ۱- **آلودگی ثانوی (آلودگی متقاطع):** فرایند انتقال عوامل عفونی که از طریق تماس مستقیم یا غیر مستقیم از یک شیء به شیء دیگر منتقل می شوند.
- ۲- **آلودگی زدایی:** حذف میکروارگانیسم ها و یا ماده خارجی (یا هر دو) از مواد، وسایل آلوده و یا بافت زنده.
- ۳- **آنالیز خطر:** یک فرایند ارزیابی خطر برای یک خطر مشخص، مدیریت آن (به حداقل رساندن خطر) و انتشار اطلاعات خطر به همه همکاران می باشد.
- ۴- **باکتری:** یک ارگانیسم تک سلولی است که ممکن است ایجاد بیماری نموده و همچنین دارای پتانسیل برای تکثیر در هر سطح از جمله پوست با شرایط مناسب می باشد.
- ۵- **بهداشت ساختمان:** ویژگی های کمی و کیفی که تحت آن شرایط نیازهای روحی و جسمی ساکنین در آن تامین گردد و نیز از بروز و انتقال بیماری های واگیر و غیر واگیر، ایجاد سوانح و حوادث ناگوار، جلوگیری می شود.
- ۶- **بهداشت فردی:** عبارت است از رعایت دستورات و عادات بهداشتی و دوری جستن از رفتارها و عادات غیر بهداشتی که باعث می شود، فرد در معرض عوامل و شرایط بیماریزا قرار نگرفته و به بیماریهای ناشی از آنها دچار نشود.
- ۷- **بهداشت مواد غذایی:** عبارت است از رعایت کلیه موازین بهداشتی در تمامی مراحل تولید، فرایند، نگهداری، حمل و نقل و عرضه می باشد تا ماده غذایی سالم و با کیفیت به دست مصرف کنندگان برسد.
- ۸- **پاتوژن (بیماریزا):** توانایی ایجاد بیماری توسط یک عامل میکروبی
- ۹- **تمیز کردن:** حذف فیزیکی مواد خارجی، به عنوان مثال، گرد و غبار، خاک، خون، ترشحات، میکروارگانیسم ها و دیگر مواد مشابه از سطوح با شستن توسط مواد شوینده و آب گرم جهت کاهش تعداد میکروارگانیسم ها می باشد. تمیز کردن باید قبل از استریل کردن انجام شود.
- ۱۰- **کارت بهداشتی:** کارتی است که برای افراد مشمول آیین نامه قانون اصلاح ماده ۱۳ مواد خوردنی، آشامیدنی، آرایشی و بهداشتی، مطابق دستورالعمل معاونت بهداشتی وزات بهداشت صادر می شود.
- ۱۱- **گندزدایی:** فرایندی که تعدادی از میکروارگانیسم ها را بر روی سطح بی جان کاهش دهد، اما ممکن است لزوما هم آنها را از بین نبرد.

- ۱۲- **مواد شوینده (دترجنت)** : ماده تمیز کننده (که خواص مواد گندزدا را ندارد) ساخته شده از ترکیبات شیمیایی و برای تمیز کردن معمولی استفاده می شود.
- ۱۳- **مواد ضد عفونی کننده پوست**: مواد ضد عفونی کننده پوست شامل صابون های ضد میکروبی و ضد عفونی کننده، شوینده های بهداشتی دست، پاک کننده بهداشتی دست و غیره ... می باشد. که با هدف جلوگیری از انتقال میکروارگانیسم ها از فرد به فرد و یا از نفوذ از پوست به بافت زیرین بکار می روند.
- ۱۴- **ویروس** : میکروارگانیسمی که فقط در درون سلول به تعداد زیاد تکثیر کرده و باعث بیماری می شود .

بهداشت فردی

توجه به بهداشت فردی و بهسازی محیط پیرامون انسان از جمله محل سکونت، اماکن عمومی و مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی در سلامت فرد و جامعه از اهمیت ویژه ای برخوردار است . بایستی روپوش و لباس قابل شستشو و پاک و به رنگ روشن پوشیده شود و زمانی که کثیف شد، تعویض شود. لباس های تمیز، تازه شسته شده حامل تعداد کمی میکروارگانیسم ها می باشند . ناخن ها باید تمیز و کوتاه باشد تا به آسانی تمیز شوند . اگر ناخن بلند باشد، تلاش بیشتری باید انجام شود تا به طور کامل زیر ناخن ها با آب شستشو داده شود. جواهرات و اشیای قیمتی می تواند به عنوان یک تله برای میکروارگانیسم ها عمل کنند و ممکن است تمیز کردن کامل دست به همراه آنها دشوار باشد. اگر جواهرات پوشیده شده باشند، تلاش اضافی برای تمیز کردن و خشک کردن زیر جواهرات پس از شستن دست مورد نیاز است.

مهمترین مواردی که در بهداشت فردی در کارکنان تهیه و توزیع مواد غذایی مهم می باشد شامل موارد زیر می باشد:

شستن دست ها

شستن دست ها مهم ترین و اساسی ترین روش در پیشگیری از گسترش عفونت است.

چه زمانی شستن دست ها باید انجام شود؟

- ❖ هنگام برگشت به آشپزخانه بلافاصله پس از استفاده از توالت
- ❖ موقع کار کردن با مواد غذایی خام با منشاء حیوانی و کارکردن با غذاهای آماده خوردن
- ❖ پس از تماس دست های تمیز با سایر نقاط برهنه بدن

- ❖ در طی آماده سازی غذا که مجبور به تغییر وظایف مثل پاک کردن و ... برای جلوگیری از آلودگی ثانوی (مقاطع)
- ❖ قبل از پوشیدن دستکش های یکبار مصرف برای کار با غذا، زمان بیرون آوردن دستکش های کثیف و پوشیدن دستکش تمیز
- ❖ پس از دست زدن به تجهیزات یا ظروف کثیف
- ❖ پس از مراقبت یا دست زدن به هر نوع حیوانات
- ❖ پس از شروع هر فعالیتی که دست ها آلوده شوند.

روش شستن دست ها

دست اندرکاران مواد غذایی باید دست ها و بخش هایی از بازوهایشان که نمایان می باشد را حداقل ۴۰-۶۰ ثانیه با آب و مواد شوینده مناسب شستشو دهند.

مراحل و روش شستشوی دست ها به صورت زیر می باشد:

- ۱- در آوردن جواهرآلات (انگشتر و دستبند) و ساعت
 - ۲- کوتاه کردن ناخن ها و عدم استفاده از ناخن مصنوعی
 - ۳- جمع کردن آستین ها تا آرنج
- دست ها و مچ را خیس نموده، دستها و مچ را پایین تر از آرنج نگه داشته (اجازه دهید آب دست به سمت نوک انگشتان در جریان باشد و از آلودگی و خیس شدن بازو جلوگیری گردد). با استفاده از صابون (معمولی یا ضد عفونی کننده) و کف ، کاملا دست ها آغشته گردد. از حرکت دایره ای برای شستن دست و مچ استفاده گردد. در هنگام شستشو از تمام نواحی از جمله کف دست، پشت دست، انگشتان دست، بین انگشت های دست و سمت کناری انگشت پنجم، بند انگشتان و مچ دست برای ۴۰-۶۰ ثانیه شستشو صورت گیرد. در صورتی که دست ها بسیار آلوده می باشند، عمل فوق را مجدداً تکرار نمایید.
- ۴- زیر ناخن ها نیز باید تمیز گردد.
 - ۵- دست ها را به طور کامل آبکشی نموده و در پایین تر از ساعد نگه داشته شود.

- 6- چنانچه آب جاری و شیر در دسترس نباشد، از یک پارچ یا سطل آب استفاده گردد.
- 7- دست خود را در ظرف حاوی آب فرو ننمایید، زیرا باعث آلودگی مجدد آن می گردد.
- 8- آب مصرفی را در مخزنی جمع آوری نموده و یا در سینک یا توالت دفع نمایید.
- 9- به منظور عدم آلودگی مجدد دست ها از یک حوله، دستمال کاغذی تمیز، آرنج یا پای خود جهت بستن شیر آب استفاده نمایید.

ضد عفونی کننده های دست

پس از شستشوی دست، جهت اطمینان ممکن است از ضد عفونی کننده های دست مورد تایید وزارت بهداشت، استفاده شود. ضد عفونی کننده ها باید حاوی یک ترکیب ضد میکروبی و دارای پروانه ساخت از وزارت بهداشت باشند.

مراقبت از ناخن

کارکنان تهیه و توزیع مواد غذایی باید دارای ناخن تمیز، کوتاه، صاف و پیرایش شده ای باشند به طوری که لبه ها و سطوح ناخن قابل تمیز کردن و نه خشن و ناهموار باشد.

کارکنان مواد غذایی هنگام آماده سازی و تهیه مواد غذایی نایستی ناخن هایشان را با ناخن مصنوعی، براق کننده و لاک ناخن پوشش دهند مگر اینکه از دستکش های مناسب استفاده نمایند.

لباس

کلیه کارگران، کارکنان و تهیه کنندگان مواد غذایی برای جلوگیری از آلودگی ثانویه مواد غذایی، انواع ظروف، تجهیزات و سطوح کار باید بر روی لباس بیرون، لباس یا روپوش کار مناسب و به رنگ روشن، دستکش، پیش بند و کلاه تمیز و به رنگ سفید بپوشند.

در مورد استفاده از زیورآلات توسط کارکنان مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی ، رعایت موارد زیر توصیه می گردد:

کارکنان هنگام آماده سازی مواد غذایی نبایستی زیورآلاتی نظیر جواهرات، سنجاق، حلقه و ساعت در دست ها و بازوها داشته باشند. در دست داشتن یک حلقه ساده مانند حلقه ازدواج از این قاعده مستثنی است. زیورآلات ممکن است به طور تصادفی وارد مواد غذایی شوند و موجب آلودگی مواد غذایی گردند. حتی ممکن است هنگام کار با بعضی از تجهیزات از نظر ایمنی خطرآفرین باشند. معمولا برای اینکه کارگرانی که با آماده سازی و فرآوری مواد غذایی سر و کار دارند، ساعت به دست نیندند ، بایستی یک ساعت دیواری در معرض دید در این مکانها نصب گردد.

❖ اتاق های رختکن و قفسه های لباس

چنانچه تعداد کارکنان زیاد یا کارکنان به طور مداوم بایستی لباس هایشان را تعویض نمایند، اتاق یا فضایی به عنوان رختکن در نظر گرفته شود. اتاق رختکن نبایستی برای آماده سازی مواد غذایی، انبار مواد غذایی، عرضه مواد غذایی، محل شستشوی ظروف یا محل نگهداری ظروف مواد و تجهیزات استفاده شود. جهت نگهداری البسه و سایر متعلقات کارکنان بایستی قفسه ها یا دیگر امکانات مناسب فراهم شود.

کارت بهداشت

کلیه متصدیان، مدیران و کارکنان مرکز، وسائط حمل و نقل و اماکن ملزم به اخذ کارت بهداشت می باشند. جهت دریافت کارت بهداشت پس از مراجعه به مرکز بهداشت شهرستان / مراکز بهداشتی و درمانی صدور کارت وابسته به وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، فرد به پزشک معرفی می شود. پزشک پس از معاینه و تکمیل چک لیست گواهی معاینات و آزمایشات بالینی ، فرد را جهت انجام آزمایشات مورد نیاز به آزمایشگاه معرفی می کند. آزمایش و کشت مدفوع برای متصدیان و کارکنان مراکز تهیه، تولید، نگهداری، حمل و نقل، توزیع، عرضه و فروش مواد خوردنی و آشامیدنی و افرادی که تماس مستقیم با مواد غذایی دارند از نظر سالمونلا و شیگلا الزامی است . پس از انجام آزمایشات در صورت منفی بودن نتایج، کارت بهداشت صادر می شود. در صورت مثبت بودن نتایج آزمایشات، فرد توسط پزشک تحت درمان قرار می گیرد و داروهای برای شخص تجویز می شود و تا بهبودی کامل حق دریافت کارت بهداشت و حق فعالیت در حرفه کاری خود را ندارد.

تاریخ اعتبار کارت بهداشت در بازرسی های انجام شده توسط کارشناسان بهداشت محیط از اماکن کنترل می شود. مدت اعتبار این کارت برای اشخاصی که در تهیه، فراوری، آماده سازی و پخت مواد غذایی مانند آش، حلیم، پلو، چلو، خورش، ساندویچ، آبمیوه، بستنی، شیرینی و نان نقش دارند به مدت ۶ ماه و برای سایر اشخاص یک سال می باشد. در صورت مشاهده بیماری در افرادی که دارای کارت بهداشت با مدت اعتبار قانونی هستند، آن افراد باید به تشخیص بازرس بهداشت محیط و پزشک، نسبت به تمدید مدت اعتبار کارت اقدام نمایند. متصدی و مدیران اماکن مراکز، موظفند در صورت مشاهده علائم بیماری قابل انتقال ضمن جلوگیری از ادامه فعالیت افراد مشکوک به بیماری، آنها را به مراکز بهداشتی و درمانی محل هدایت نمایند. کلیه متصدیان و مدیران موظفند کارت بهداشت خود و سایر کارکنان را در محل مناسب در معرض دید عموم نگهداری نمایند.

رفتارهای بهداشتی

افرادی که با مواد غذایی سروکار دارند باید بهداشت فردی را در سطح بالایی حفظ کنند و در طول فعالیت از رفتارهای بهداشتی مناسب پیروی کنند. به عبارت دیگر از رفتارهایی که موجب آلودگی مواد غذایی می شود، پرهیز نمایند. مهمترین مواردی که کارکنان مراکز تهیه و توزیع مواد غذایی به عنوان رفتار بهداشتی باید رعایت کنند شامل موارد زیر می باشد:

خوردن، آشامیدن و استعمال دخانیات: از آنجایی که خوردن، آشامیدن و استعمال دخانیات ممکن است باعث آلودگی شود، بنابراین خوردن غذا، تنقلات، جویدن آدامس، نوشیدن انواع نوشیدنی و استعمال دخانیات برای کارگران و کارکنان در حین کار در موسسات مواد غذایی ممنوع است. کارکنان باید بعد از اتمام کار در اتاق های بهداشتی ویژه یا در محل پذیرایی مشتریان وعده غذایی شان را صرف کنند. همچنین استعمال هر نوع ماده دخانی در اماکن عمومی ممنوع است. افراد ممکن است در آشپزخانه یا قسمت فرآوری مواد غذایی آب یا نوشیدنی بنوشند به شرطی که ظرف نوشیدنی تمیز باشد و موجب آلودگی دستهایشان نشود. دست اندرکاران مواد غذایی در حین کار چنانچه رفتارهایی نظیر سرفه، عطسه، لمس مو، تمیزکردن چشم، دهان، بینی و غیره را انجام داده اند بایستی دستهایشان را شسته و سپس فعالیت خود را ادامه دهند. ضمناً افراد باید از ریختن آب دهان و بینی در محیط کار کاملاً خودداری نموده و خلط های بینی و سینه را با دستمال کاغذی گرفته و در سطل زباله درب دار ریخته و سپس دست های خود را بشویند. براساس آیین نامه اجرایی قانون اصلاح ماده ۱۳، استعمال دخانیات توسط متصدیان و کارگران مشمول این آیین

نامه در حین کار ممنوع است. متصدیان، مسئولین و یا کارفرمایان صنوف موظفند ضمن نصب تابلوهای هشداردهنده در نقاط مناسب در معرض دید، از مصرف دخانیات جلوگیری کنند.

❖ پوشش مو: افراد دست اندرکار مواد غذایی قبل از شروع به آماده سازی مواد غذایی باید موهایشان را با استفاده از کلاه معمولی تمیز، کلاه توری و یا البسه موثر (مثل روسری) بپوشانند تا به طور موثری از تماس و یا ریزش مو و شوره سر به داخل مواد غذایی، تجهیزات تمیز و ظروف، جلوگیری گردد. به علاوه احتمال ریزش موی بلند بیشتر از موی کوتاه است، بنابراین بهتر است کارگران موهای خود را همواره کوتاه نگه داشته و یا در مواقع کار از کلاه یا روسری استفاده کنند. همچنین هر شخصی که وارد آشپزخانه یا قسمت فرآوری مواد غذایی می شود باید از کلاه استفاده نماید.

❖ کارکنان مواد غذایی نباید به مراقبت یا لمس حیوانات حاضر در محل های تهیه مواد غذایی نظیر سگ های نگهبان، حیوانات خانگی، ماهی های آکواریوم، حلزون ها، سخت پوستان در مخازن، طعمه زنده و مرده ماهی و هر نوع حیوان مرده پردازند. در صورت تماس بایستی نسبت به شستشوی دست ها و رعایت کلیه نکات بهداشتی اقدام نمایند.

❖ بازدیدکنندگان: کسانی که از قسمت های جابجایی، تولید و فرآوری مواد غذایی و یا سایر قسمت های موسسات مواد غذایی بازدید می کنند بایستی تمام مقررات بهداشت فردی و عمومی نظیر پوشیدن لباس کار (روپوش، کلاه، تعویض کفش ها یا استفاده از روکفشی) و شستشوی دست ها را رعایت نمایند. این افراد بایستی از نزدیک شدن یا تماس با مواد غذایی، سطوح غذایی و تجهیزات غذایی خودداری نمایند.

گندزدایی

تمیز کردن و گندزدایی سطوح که در تماس با حیوانات، مرغ و یا مواد آلی بوده است یک عامل حیاتی در کنترل باکتری ها و بیماری های ویروسی و حصول اطمینان از سالم بودن و ایمنی مواد غذایی است. نظم و دقت در تمیز کردن قبل از گندزدایی مهم ترین قسمت اثر بخشی فرایندهای گندزدایی است. کاربران و مقامات مسئول برای استفاده از مواد گندزدا باید اهداف روشن و یک طرح عملی داشته باشند. آنها باید محصولات مناسب را انتخاب کرده، مکانی که باید گندزدایی شود به درستی تمیز و آماده سازی شود و اقدامات لازم جهت اطمینان از ایمنی حیوانات، انسان ها، تجهیزات و محیط زیست انجام شود. همچنین باید به طور عینی نتایج حاصل از روشهای گندزدایی ارزیابی گردد. استراتژی های مواد گندزدای بی خطر نیاز به درک درستی از اقدامات و خطرات سم شناسی از محصولات انتخاب شده، یک برنامه

واضح و روشن از عمل گندزدایی، نظم و انضباط قانونی، مستندسازی صحیح، نظارت مسئولین و تست بعد از گندزدایی دارد. روش های گندزدایی و سیاست ها باید با الزامات قانونی و زیست محیطی و انتظارات در حال تغییر جامعه مناسبت داشته باشد.

تمیز کردن و گندزدایی چیست؟

تمیز کردن روند حذف فیزیکی بقایای مواد غذایی، آلودگی قابل مشاهده و ذرات مواد غذایی از سطوح، تجهیزات و اتصالات با استفاده از آب گرم و مواد شوینده می باشد. تمیز کردن به خودی خود نمی تواند تمام باکتری ها را حذف کند. گندزدایی به طور کلی فرایند کشتن باکتری ها و ویروس ها پس از تمیز کردن است.

چه نیازی به تمیز کردن و گندزدایی است؟

تمیز کردن و گندزدایی به دلایل زیر اهمیت حیاتی دارند:

❖ برای جلوگیری از مسمومیت غذایی - تمیز کردن و گندزدایی مناسب، حذف باکتری های مضر از سطوح و تجهیزات را تسهیل کرده و به کاهش خطر آلودگی ثانویه کمک خواهد کرد.

❖ به منظور حذف فیزیکی مواد که ممکن است باعث آلودگی مواد غذایی یا جذب آفات شوند.

آنچه باید تمیز و گندزدایی شود:

تمام تجهیزات و مناطق در محل تهیه و تولید غذا، نیاز است که تمیز نگه داشته شود. رهنمود پخت ایمن می تواند چگونگی کنترل آلودگی ثانویه در محل کسب و کار را با استفاده از گندزدایی فراهم کند. گندزدایی همیشه به عنوان بخشی از کنترل آلودگی ثانویه لازم خواهد بود. سینک ها، روشویی، شیرها و هر مورد دیگر که در تماس با غذا به طور مستقیم یا غیر مستقیم هستند باید تمیز و گندزدایی شوند. تجهیزات و سطوحی که در تماس با غذاهای خام قرار دارند، به عنوان مثال تخته ریز کردن مواد، لوازم آشپزخانه، ظروف نگهداری مواد غذایی و دیگ پختن غذا باید گندزدایی شوند.

موارد و اشیائی که به طور غیر مستقیم از طریق تماس دست در تماس با مواد غذایی هستند، به عنوان مثال کلیدهای برق، شیرهای آب، دستگیره درب یخچال، سینک ها و دستشویی (محل شستن دست) باید گندزدایی شوند. تمام سطوح و تجهیزات مواد غذایی مورد استفاده در کسب و کار باید شناسایی و لیست شده و برنامه تمیز کردن برای آنها نوشته شود. ظروف پسماندهای مواد غذایی، سطل های آشغال و تمام مناطق ذخیره سازی پسماند نیز باید به طور مناسب تمیز شود.

جداسازی تجهیزات در طول تمیز کردن و گندزدایی

سینک دوقلو

تجهیزات و وسایل مورد استفاده برای مواد غذایی خام باید به طور جداگانه از ظروف دیگر که برای مواد غذایی پخته شده استفاده می شود، تمیز و گندزدایی شوند.

نکات کلیدی برای تمیز کردن و گندزدایی

کاربرد مواد شیمیایی جهت تمیز کردن:

- ❖ مواد شیمیایی جهت تمیز کردن باید دور از مناطق آماده سازی مواد غذایی ذخیره شود و نباید باعث آلوده شدن مواد غذایی شود.
- ❖ مواد و تجهیزات تمیز کننده : مواد و تجهیزات برای تمیز کردن و گندزدایی سطوح در تماس با مواد غذایی خام، از مواد و تجهیزات مورد استفاده در بقیه آشپزخانه باید جدا شود.
- ❖ کدگذاری رنگی : کدگذاری رنگی برای مواد تمیزکننده جهت تایید بصری و تاثیر در کنترل آلودگی ثانویه توصیه می شود.
- ❖ پارچه ظروف: باید تمیز نگه داشته شده و باید در درجه حرارت بالا به طور مناسب شسته شود.
- ❖ پارچه یکبار مصرف : یک راه قابل اعتماد از حصول اطمینان از تمیز کردن و گندزدایی را می دهد و خطرات آلودگی ثانویه را ایجاد نمی کند و می تواند بر روی سطوح در تماس با دست مانند کلید برق، دستگیره درب و تلفن ها برای جلوگیری از گسترش آلودگی مورد استفاده قرار گیرد. پارچه، اسفنج ها و ابرها که دوباره برای تمیز کردن استفاده می شود، نباید به یک منبع آلودگی تبدیل شوند. توصیه می شود که پارچه ها در محلول مواد گندزدا پس از هر بار استفاده، قبل از بازگشت به مواد گندزدا آبکشی شود. برای اطمینان از مواد گندزدایی موثر در همه زمان ها، محلول قوی باید مطابق با دستورالعمل کارخانه سازنده مورد استفاده قرار گیرد.

چه روشی برای تمیز کردن و گندزدایی باید استفاده شود؟

روش اصلی برای تمیز کردن و گندزدایی عبارتند از: ماشین ظرفشویی، سینک های دوقلو، پاک کننده و گندزدایی در محل که در ذیل توضیح داده شده است.

ماشین ظرفشویی :

ماشین ظرفشویی باید مطابق با دستورالعمل کارخانه سازنده استفاده و نگهداری شود. استفاده از ماشین ظرفشویی حرارتی تنها روش قابل قبول برای تمیز کردن و گندزدایی تجهیزات و ظروف مورد استفاده برای مواد غذایی خام و تجهیزات استفاده شده برای غذاهای آماده شده با هم می باشد.

تبصره: باید مستنداتی وجود داشته باشد که ماشین ظرفشویی قادر به ارایه گندزدایی حرارتی کافی می باشد.

سینک دوقلو

۱- پیش از تمیز کردن-حذف پس مانده غذا و باقیمانده مواد غذایی

۲- تمیز کردن اصلی-شستن در سینک با آب گرم تمیز (۶۰ درجه سانتی گراد) و مقدار صحیح مواد شوینده

۳- آبکشی در صورت لزوم

۴- گندزدایی کردن سینک با آب تمیز و مواد گندزدای ایمن برای مواد غذایی ایمن

۵- آبکشی دوم سینک با آب داغ و تمیز (در صورت لزوم)

۶- خشک کردن - ایده آل ، استفاده از هوا برای خشک کردن و یا استفاده از دستمال یا پارچه های یکبار مصرف

هنگامی که از سینک دوقلو استفاده می شود ، تمام تجهیزات و ظروف غذای آماده شده باید به طور جداگانه از مواردی که مربوط به غذاهای خام است شسته شوند.

تبصره: چک کردن برچسب محصول برای نحوه رقیق سازی و مدت زمان تماس با محصول ضد عفونی کننده .

تبصره: سینک باید همیشه پس از استفاده تجهیزات و ظروف استفاده شده برای مواد غذایی خام و یا قبل از اینکه برای هدف دیگری استفاده شود گندزدایی گردد .

پاک کردن و گندزدایی در محل با استفاده از مواد شیمیایی

- ۱- پیش از تمیز کردن. حذف باقیمانده مواد غذایی
 - ۲- تمیز کردن اصلی. تمیز کردن سطوح با آب گرم تمیز و مقدار صحیح مواد شوینده
 - ۳- گندزدایی کردن با گندزدای اسپری ایمن برای مواد غذایی
 - ۴- خشک کردن. ایده آل ، خشک کردن با هوا می باشد
- این روش معمولاً در محل کار استفاده می شود. برای سطوح وسینک شستن دست ، شیر آب و دستگیره درب و به طور کلی برای تجهیزات و سطوحی که نمی تواند در مخزن یا سینک شسته شود. این روش نیاز به انتخاب دقیق مواد گندزدا دارد ، معمولاً يك شكل اسپری با خواص باقی ماندن اثر گندزدایی به کار می رود .
- تبصره: چک کردن برچسب محصول برای نحوه رقیق سازی و مدت زمان تماس بایستی انجام شود .

برنامه تمیز کردن

مدت زمان تماس	نحوه رقیق سازی	مواد شیمیایی مورد استفاده	روش تمیز کردن	تناوب تمیز کردن	ابزار و سطوحی که باید تمیز شود
۵-۳ دقیقه	ابتدا وسایل حفاظت فردی پوشیده شود. ۱۰ سی سی از محلول ضدعفونی کننده کف و سطوح در ۱ لیتر آب ریخته و بر روی سطح مورد نظر اسپری شود.	❖ محلول ضدعفونی کف و سطوح ❖ دترجنت (مایع ظرفشویی) ❖ آب نمک و سرکه	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ ❖ ضد عفونی با محلول	روزانه شستشو و ضدعفونی گردد	تجهیزات و ظروف آشپزخانه قابل جابجایی: ❖ تمام تخته های ریز کردن ❖ انبرک/کاردک ❖ قاشق سرو غذا ❖ سیبی ❖ ظروف ❖ سیخ های کباب
۵-۳ دقیقه	ابتدا وسایل حفاظت فردی پوشیده شود. ۱۰ سی سی از محلول ضدعفونی کننده کف و سطوح در ۱ لیتر آب ریخته و بر روی سطح مورد نظر اسپری شود.	❖ محلول ضدعفونی سطوح	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ ❖ ضد عفونی با محلول	به صورت روزانه و هفتگی شستشو و ضدعفونی گردد	اقلام و تجهیزات بدون تماس با مواد غذایی: ❖ سطوح کار ❖ سینک ظرفشویی ❖ شیر آب ❖ دستگیره درب
۵-۳ دقیقه	ابتدا وسایل حفاظت فردی پوشیده شود. ۱۰ سی سی از محلول ضدعفونی کننده کف و سطوح در ۱ لیتر آب ریخته و بر روی سطح مورد نظر اسپری شود.	❖ محلول ضدعفونی سطوح	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ ❖ ضد عفونی با محلول	هفتگی	یخچال/فریزر
		دترجنت (مایع ظرفشویی)	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ	هفتگی	اجاق گاز/فر/ماکروفر
		دترجنت (مایع ظرفشویی)	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ	هفتگی	محل نگهداری مواد غذایی خشک
		دترجنت (مایع ظرفشویی)	❖ شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ	هفتگی	کمدها/قفسه ها/کابینت ها
۵-۳ دقیقه	ابتدا وسایل حفاظت فردی پوشیده شود. ۱۰ سی سی از محلول ضدعفونی کننده کف و سطوح در ۱ لیتر آب ریخته و بر روی سطح مورد نظر اسپری شود.	❖ دترجنت (مایع ظرفشویی) ❖ ضدعفونی با محلول سطوح	❖ شستشو با دترجنت و اسکاچ ❖ ضد عفونی با محلول	روزانه	ظروف پسماندهای مواد غذایی و سطل های آشغال
		دترجنت (مایع ظرفشویی)	شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ	روزانه	پوشاک و لباس کار
		دترجنت (مایع ظرفشویی)	شستشو با آب داغ دترجنت و اسکاچ	هفتگی	دیوارها /حمام

از وسایل حفاظت فردی صحیح و راحت برای جابجایی و کاربرد مواد شیمیایی باید استفاده شود.

وسایل حفاظت فردی مانند کفش، چکمه، دستکش، کلاه، پیش بند و عینک ایمنی می باشد که همیشه باید در هنگام کار با مواد شیمیایی پوشیده شود.

واحد بهداشت محیط بیمارستان شفا

پاییز ۱۴۰۴