



دليل التعامل الآمن مع المواد الغذائية للمتطوعين في احتفاليات النوادي والفعاليات المشابهة

لماذا يجب اتخاذ إجراءات احترازية خاصة عند التعامل مع المواد الغذائية؟

تسبب الأخطاء المتعلقة بالنظافة الصحية عند التعامل مع المواد الغذائية أمراضًا خطيرة قد تهدد الحياة، لا سيما حياة الأطفال الصغار وكبار السن. وهذه الأمراض التي تنتقل عبر الأغذية يمكن أن تصيب مجموعة كبيرة من الأشخاص سريعًا في أثناء إقامة الفعاليات والاحتفالات في النوادي أو الشوارع. يرشدكم هذا الدليل بشأن السلوكيات الصحية الخاصة بهذا الموضوع الحساس.

ما الأغذية التي كثيرًا ما تسبب الإصابة بعدوى؟

يمكن أن تتلوث الأطعمة الحيوانية وبعض الأطعمة النباتية بمسببات الأمراض (البكتيريا أو الفيروسات أو الطفيليات). فيجب توخي الحذر للغاية عند التعامل مع هذه الأطعمة:

- اللحوم والدواجن ومنتجاتها
- الحليب ومشتقاته
- الأسماك والقشريات والرخويات (فروتي دي ماري) والمنتجات المصنوعة منها
- البيض والمأكولات المصنوعة من البيض (خاصة من البيض النيء)
- غذاء الرضع والأطفال الصغار
- المخبوزات التي تحتوي على حشوة أو طبقة علوية غير مطهية أو غير مسخنة جيدًا (مثل تورتة الكريمة)
- الأيس كريم ومنتجات الأيس كريم غير المخصصة للاستخدام الفوري
- السلطات المحضرة من الأطعمة المعلبة والخضروات النيئة والبطاطس والمخللات والمايونيز والصلصات الأخرى والخمائر
- البزاعم والشتلات النيئة وكذلك البذور

كيف يمكنك المساهمة في منع العدوى التي تنتقل عبر الأغذية؟

كل من يتعامل مع هذه الأغذية بشكل مباشر أو غير مباشر (على سبيل المثال عن طريق الأواني وأدوات المائدة) في أثناء إقامة الاحتفاليات يتحمل المسؤولية بقدر كبير تجاه الزائرين ويجب عليه الحرص على اتباع قواعد النظافة الصحية التالية بعناية.

يجب التمييز بين المحظورات القانونية على ممارسة الأعمال وقواعد النظافة الصحية العامة عند التعامل مع الأغذية:

المحظورات القانونية على ممارسة مثل هذه الأعمال

الأشخاص المصابون بـ

- **الالتهاب المعدي المعوي (الإسهال المعدي، وربما يترافق مع الغثيان والقيء والحمى)،**
 - **التيفويد أو الحمى نظيرة التيفية،**
 - **التهاب الكبد الفيروسي أ أو هـ (الالتهاب الكبدي)،**
 - **جروح أو مرض جلدي، في حالة إذا كانت هناك احتمالية لانتقال مسببات الأمراض إلى الطعام وبالتالي تنتقل إلى أشخاص آخرين،**
- لا يُسمح لهم مطلقًا بالتعامل مع الأطعمة المذكورة خارج بيوتهم، وفقًا لقانون الحماية من العدوى. ينطبق هذا أيضًا على المرضى الذين لا يلمسون الأطعمة ولكن يتعاملون معها بشكل غير مباشر (على سبيل المثال عن طريق الأواني وأدوات المائدة)، مخافة انتقال مسببات الأمراض إلى الطعام. وليس مهمًا إذا كان الطبيب قد شخّص المرض بالفعل أو إذا كانت هناك مجرد أعراض تشير إلى الاشتباه في الإصابة بأي من هذه الأمراض.

وينطبق ذلك أيضًا على الأشخاص الذين أظهرت نتيجة تحليل عينة البراز الخاصة بهم إصابتهم بمسببات الأمراض مثل السالمونيلا أو الشيغيلا أو الإشريكية القولونية النزفية المعوية (EHEC) أو ضمات الكوليرا حتى لو لم يظهر على هذا الشخص أي أعراض للمرض (لذلك تسمى ناقلات عدوى عديمة الأعراض).

تشير الأعراض التالية على وجه الخصوص إلى الأمراض المذكورة، لا سيما إذا ظهرت بعد الإقامة في الخارج:

- **إسهال؛ والتبرز في اليوم أكثر من مرتين ببراز قليل اللزوجة، مع احتمالية الشعور بالغثيان والقيء والحمى**
 - **ارتفاع في درجة الحرارة مع صداع شديد وآلام في المعدة أو المفاصل وإمساك؛ يمكن أن تكون هذه علامات التيفويد أو الحمى نظيرة التيفية**
 - **اصفرار الجلد ومقلة العينين، مما قد يشير إلى الإصابة بالتهاب الكبد الفيروسي**
 - **الجروح إذا كانت حمراء أو نازة أو متورمة**
- إذا ظهرت عليك مثل هذه الأعراض، فلا بد من استشارة طبيب.

قواعد النظافة الصحية الهامة عند التعامل مع الأغذية

- **قبل البدء في العمل، اخلع الخواتم من أصابعك وكذلك ساعة اليد والأساور.**
- **اغسل يديك جيدًا قبل بدء العمل وقبل كل خطوة عمل جديدة وبعد دخول دورة المياه. استخدم الصابون السائل والماء الجاري والمناشف التي تستخدم لمرة واحدة لتجفيف يديك.**
- **ارتد ملابس واقية نظيفة (غطاء رأس ومريلة؛ إلخ).**
- **تجنب السعال أو العطس بالقرب من الطعام.**
- **غط أي جروح في اليدين والذراعين، حتى الجروح الصغيرة أيضًا، بلاصق طبي نظيف ومقاوم للماء.**
- **حافظ على برودة الأطعمة التي يجب أن تحتفظ بدرجة برودتها، وذلك حتى في أثناء تقديمها**
- **احرص على الالتزام بدرجات حرارة تسخين الطعام المطهي (65 °م على الأقل)**
- **افصل خطوات العمل "النظيفة" عن الخطوات "غير النظيفة"**
- **تجنب ملامسة الطعام عند تقديم الطعام - استخدم أدوات نظيفة مناسبة (شوك، ملاقط، إلخ).**

من المهم الالتزام بتنفيذ قواعد هذه النشرة. قد يؤدي عدم الامتثال إلى عقوبات مدنية وجزائية.