



กำกับสุขอนามัยและความปลอดภัยด้านธุรกิจ อาหารและเครื่องดื่ม ป้องกันอาหารเป็นพิษไว้ กังวล

01 บทผู้ประกอบกิจการ

10 บทผู้บริโภค

11 หลักการป้องกันอาหารเป็นพิษ



บทผู้ประกอบการ

Q1.กฎระเบียบด้านความปลอดภัยและสุขอนามัยด้านอาหารที่ผู้ประกอบการอาหารและเครื่องดื่มควรปฏิบัติตามมีอะไรบ้าง

Answer 1

1.มาตรฐานสุขลักษณะที่ดีในการผลิตอาหาร (Good Hygiene Practice, GHP)

เพื่อให้มั่นใจว่าสุขอนามัย ความปลอดภัย และคุณภาพอาหารเป็นไปตามข้อ กำหนดซอฟต์แวร์ และฮาร์ดแวร์ขั้นพื้นฐานที่สุด พนักงานในอุตสาหกรรม อาหาร สถานที่ทำงาน การจัดการสุขอนามัยของสถานที่ และระบบประกัน คุณภาพทุกคน ควรปฏิบัติตามแนวทาง GHP เพื่อรับรองสุขอนามัยและความปลอดภัยของ อาหาร และลดความเสี่ยงของ ผลกระทบของมลพิษ

2.ลงทะเบียนผู้ประกอบการธุรกิจอาหาร

เพื่อดำเนินการตามคำแนะนำและการจัดการการตรวจสอบของอุตสาหกรรมอย่างมีประสิทธิภาพ และเข้าใจข้อมูลพื้นฐานและข้อมูลผลิตภัณฑ์ของอุตสาหกรรม กระทรวงสาธารณสุขและสวัสดิการ ได้ประกาศ “วิธีการลงทะเบียนผู้ประกอบการธุรกิจอาหาร” ในวันที่ 3 ธันวาคม 2013 และได้ประกาศแก้ไข “ประเภท ขนาด และวันที่ดำเนินการของธุรกิจอาหารที่ต้องยื่นขอจดทะเบียนประกอบกิจการ” ในวันที่ 28 เมษายน 2021 ผู้ประกอบการด้านการผลิต การแปรรูป นำเข้า ด้านอาหารและเครื่องดื่ม การขาย และโลจิสติกส์ ซึ่งปัจจุบันมีโรงงาน บริษัท เซิงพาณิชย์ ทะเบียนภาษี ผู้ใช้แพนลอยทางธุรกิจ และผู้จำหน่ายที่ได้รับอนุญาตจากหน่วยงานเศรษฐกิจและการก่อสร้างในท้องถิ่น ตลอดจนการจดทะเบียนโรงงานแปรรูปผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรขั้นต้น การผลิต อุตสาหกรรมแปรรูปและการขายที่ได้รับใบรับรองการจดทะเบียน ควรดำเนินการจดทะเบียนตาม “วิธีการลงทะเบียนผู้ประกอบการธุรกิจอาหาร”

3.ผู้ประกอบการธุรกิจอาหารเก็บรักษาเอกสารแหล่งที่มา

ตามมาตรา 9 วรรค 1 ของกฎหมายบัญญัติความปลอดภัยด้านอาหาร “ผู้ประกอบการธุรกิจอาหารต้องเก็บรักษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแหล่งที่มาของวัตถุดิบผลิตภัณฑ์ ผลิตภัณฑ์กึ่งสำเร็จรูป และผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป” และ “ผู้ประกอบการธุรกิจอาหารต้องเก็บรักษาประเภทและระยะเวลาของเอกสาร” เกี่ยวกับแหล่งที่มาของวัตถุดิบผลิตภัณฑ์ ผลิตภัณฑ์กึ่งสำเร็จรูป และผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป” เพื่อให้เข้าใจซัพพลายเออร์ขั้นต้นของผลิตภัณฑ์อย่างแท้จริง ผู้ประกอบการอาหารทุกคนจะต้องเก็บเอกสารแหล่งที่มาของผลิตภัณฑ์ และเอกสารเหล่านี้ควรมีข้อมูลต่อไปนี้:

1. วันที่รับหรือหมายเลขล็อตรับสินค้า
2. ชื่อวัตถุดิบ ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป หรือผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป
3. น้ำหนักสุทธิ กำลังการผลิตหรือปริมาณของวัตถุดิบ ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป หรือผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป
4. ชื่อ ที่อยู่ และข้อมูลติดต่ออื่นๆ ของซัพพลายเออร์ (โทรศัพท์หรืออีเมล) เมื่อธุรกิจอาหารนำเข้า วัตถุดิบ ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป และผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป เอกสารที่กล่าวถึงในย่อหน้าก่อนหน้านี้อาจถูกแทนที่ด้วยเอกสารที่เกี่ยวข้องที่ออกโดยหน่วยงานผู้มีอำนาจ และได้รับอนุมัติให้นำเข้า

4.การประกันภัยความรับผิดชอบต่อผลิตภัณฑ์ของธุรกิจอาหาร

ตามข้อบังคับ "การประกันภัยความรับผิดชอบต่อผลิตภัณฑ์สำหรับธุรกิจอาหาร" ธุรกิจจัดเลี้ยงที่มีการจดทะเบียนธุรกิจ จดทะเบียนบริษัท และจดทะเบียนโรงงานควรซื้อการประกันภัยความรับผิดชอบต่อผลิตภัณฑ์สำหรับอาหารที่พวกเขาผลิต แปรรูป จัดเตรียม และนำเข้า ตลอดจนรายการและเนื้อหาในนั้น สัญญาประกันภัยควรรวมถึง จำนวนเงินประกันขั้นต่ำและความคุ้มครองจะช่วยให้ผู้ประกอบการดำเนินการจัดการที่เป็นอิสระและแบ่งปันความเสี่ยงในการรับผิดชอบในกรณีที่เกิดเหตุการณ์ด้านสุขอนามัยและความปลอดภัยของอาหาร ช่วยให้ผู้บริโภคได้รับความคุ้มครองที่สำคัญมากขึ้นสำหรับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร



5.นำเข้าบุคลากรที่มีใบรับรองวิชาชีพหรือเทคนิคเฉพาะทาง

เพื่อปรับปรุงระบบการจัดการที่เป็นอิสระของผู้ปฏิบัติงาน และเสริมสร้างความสามารถทางวิชาชีพและคุณภาพของผู้ปฏิบัติงานด้านอาหาร ผู้ประกอบการอาหารที่สอดคล้องกับขนาดของอุตสาหกรรมจำเป็นต้องจ้างผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางที่เกี่ยวข้องหรือบุคลากรที่มีใบอนุญาตทางเทคนิค เช่น ผู้ประกอบการโรงงานอาหารกล่องอาหารกลางวันระดับหนึ่งควรจ้างนักทำอาหารหรือนักโภชนาการรวมทั้งบุคลากรที่ได้รับการรับรองทางเทคนิคตามสัดส่วนเฉพาะ (เช่น ผู้ชำนาญการปรุงอาหารจีน เป็นต้น) คาดว่าใช้การแนะนำผู้เชี่ยวชาญเรื่องอาหาร ความสามารถในการจัดการด้านความปลอดภัยและสุขอนามัย ถ่ายทอดแนวคิดด้านความปลอดภัยของอาหารที่ถูกต้องให้กับผู้ประกอบการธุรกิจอาหารและเครื่องดื่ม

Q2. ผู้ประกอบการธุรกิจอาหารควรปฏิบัติตามข้อสำคัญใดในมาตรฐานสุขลักษณะที่ดีในการผลิตอาหาร (Good Hygiene Practice, GHP) บ้าง?

Answer 2

ผู้ประกอบการ	
 <p>การจัดการสุขอนามัยส่วนบุคคล</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 สวมชุดทำงานและหมวกอย่างถูกต้องในเวลาทำงาน สวมหน้ากากอนามัยเมื่อจำเป็น และปฏิบัติสุขอนามัยที่ดี เช่น ล้างมือบ่อยๆ รักษามือให้สะอาดตลอดเวลา ไม่ทึงเล็บ ทาเล็บ หรือสวมเครื่องประดับ 2 พับผ้าพันแผลที่มืออย่างเหมาะสมและควรสวมถุงมือกันน้ำก่อนเริ่มทำงาน ควรเปลี่ยนหรือฆ่าเชื้อถุงมืออย่างสม่ำเสมอ 3 ไม่อนุญาตให้สูบบุหรี่ เคี้ยวหมาก หนากฝรั่ง หรือพฤติกรรมอื่นใดที่อาจปนเปื้อนอาหารในพื้นที่ประกอบการด้านอาหาร 4 ล้างมือหรือฆ่าเชื้อตามขั้นตอนที่ถูกต้อง
 <p>การตรวจสุขภาพ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 พนักงานควรเข้ารับการตรวจสุขภาพทุกปีและเก็บบันทึก 2 หากแพทย์วินิจฉัยว่าบุคคลใดเป็นโรคตับอักเสบเอ โรคผิวหนังมือ ผื่น ผิบบาดแผล วัณโรค โทฟอยด์ หรือโรคอื่นๆ ที่อาจก่อให้เกิดการปนเปื้อนในอาหาร ห้ามมิให้บุคคลนั้นทำงาน สัมผัสกับอาหารขณะป่วยหรือติดเชื้อ
 <p>การฝึกอบรม</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 พนักงานควรได้รับการฝึกอบรมเกี่ยวกับความปลอดภัยของอาหาร สุขอนามัย และการจัดการคุณภาพอย่างสม่ำเสมอ การศึกษาและการฝึกอบรมและการเก็บบันทึก 2 ในระหว่างการจ้างงาน ผู้ปฏิบัติงานด้านอาหารควรได้รับฟังบรรยายหรือการฝึกอบรมด้านสุขอนามัยจากหน่วยงานด้านสุขภาพหรือหน่วยงาน (สถาบัน) ที่เกี่ยวข้อง โรงเรียน และนิติบุคคลที่ได้รับการยอมรับหรือมอบหมาย

สถานที่ทำงาน	
 <p>ไซต์งาน อาคาร และ สิ่งอำนวยความสะดวก</p>	<ol style="list-style-type: none"> ❶ ควรกวาดพื้นให้สะอาดอยู่เสมอ ควรทำความสะอาดระบบระบายน้ำบ่อยๆ และเรียบเสมอกัน เพื่อไม่ให้เกิดกลิ่น ประตูและหน้าต่างทางเข้าและออก ควรมีการระบายอากาศที่ดี และป้องกันไม่ให้พาหะนำโรคเข้าออก ❷ เพดาน ผนัง พื้น ประตูและหน้าต่าง ฯลฯ ควรรักษาความสะอาดและปราศจากการหลุดลอก เสียหาย หรือใยแมงมุม ไม่ควรมีการควบแน่นบนพื้นหรือเพดานเหนือบริเวณที่สัมผัสกับอาหารโดยตรง ❸ พื้นที่ที่มีข้อกำหนดด้านความสะอาดต่างกันควรได้รับการแยกและจัดการอย่างมีประสิทธิภาพ
 <p>สถานที่ทำงานใน ธุรกิจอาหารและ เครื่องดื่ม</p>	<ol style="list-style-type: none"> ❶ สถานที่ซักล้างควรมีน้ำไหลเพียงพอ และน้ำประปาไหลเวียน หากไม่มี ควรจัดเตรียมภาชนะบนโต๊ะอาหารแบบใช้แล้วทิ้ง ❷ ห้องครัวควรรักษาความดันอากาศและอุณหภูมิห้องให้เหมาะสม และควรบำรุงรักษาอุปกรณ์ดักจับน้ำมันอย่างสม่ำเสมอ ❸ ทำความสะอาดและจัดการควันอย่างเหมาะสมเพื่อหลีกเลี่ยงการปนเปื้อน ❹ สำหรับธุรกิจจัดเลี้ยงที่ไม่มีที่นั่ง เคา์นเตอร์ขายควรแยกออกจากพื้นที่จัดเตรียม แปรรูป และดำเนินการอย่างมีประสิทธิภาพ



การจัดการด้านสุขอนามัยของสถานที่	
 การกำหนดตำแหน่ง ห้องน้ำ	<ol style="list-style-type: none"> ❶ ควรติดตั้งสุขภัณฑ์ในสถานที่เพื่อป้องกันการปนเปื้อนจากแหล่งน้ำ ไม่ควรเปิดให้สถานที่ประกอบอาหาร หรือควรมีอุปกรณ์กันเพื่อควบคุมการไหลของอากาศเพื่อป้องกันมลพิษ ❷ ควรรักษาความสะอาดและเป็นระเบียบเรียบร้อยเพื่อหลีกเลี่ยงกลิ่น และควรมีเครื่องหมายคำว่า “ล้างมือหลังใช้ห้องน้ำ” ไว้อย่างชัดเจน
 สถานที่ล้างมือใน สถานที่ทำงาน	<ol style="list-style-type: none"> ❶ ควรติดตั้งอุปกรณ์ล้างมือและเป่ามือในสถานที่ที่เหมาะสมและในจำนวนที่เพียงพอ และวิธีการล้างมือที่ง่ายและเข้าใจง่ายควรแขวนไว้ในที่ที่ชัดเจน ❷ มีสิ่งอำนวยความสะดวก เช่น น้ำประปาไหลเวียน น้ำยาทำความสะอาด เครื่องเป่ามือ หรือผ้าเช็ดมือ จัดให้มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการฆ่าเชื้อเมื่อจำเป็น ควรออกแบบสิ่งอำนวยความสะดวกในการล้างมือเพื่อป้องกันไม่ให้มือที่ล้างมือกลับมาปนเปื้อนอีก
 สิ่งอำนวยความสะดวก ระบายน้ำประปา	<ol style="list-style-type: none"> ❶ มีปริมาณน้ำและแหล่งจ่ายน้ำเพียงพอ น้ำและน้ำแข็งที่ใช้สัมผัสอาหารโดยตรงและทำความสะอาดอุปกรณ์และเครื่องใช้ด้านอาหาร ควรเป็นไปตามมาตรฐานคุณภาพน้ำดื่ม ❷ หากใช้แหล่งน้ำใต้ดินจะต้องเชื่อมต่อกับถังบำบัดน้ำเสีย จุดสะสมของเสีย ฯลฯ แหล่งมลพิษควรอยู่ห่างจากอย่างน้อยสิบห้าเมตร ❸ อ่างเก็บน้ำ (ถัง ใ้รง) ควรรักษาความสะอาดและติดตั้งให้ห่างจากแหล่งกำเนิดมลพิษ เช่น สถานที่สกปรก และถังบำบัดน้ำเสียอย่างน้อย 3 เมตร



การจัดการ
อุปกรณ์

- 1 พื้นผิวสัมผัสอาหารควรเรียบเสมอกัน ไม่มีรอยบุบหรือรอยแตก และรักษาความสะอาด
- 2 อุปกรณ์และเครื่องใช้ที่ใช้ในการผลิต แปรรูป จัดเตรียม หรือบรรจุภัณฑ์ (บรรจุ) อาหารควรได้รับการยืนยันว่าสะอาดก่อนใช้งานและทำความสะอาดหลังการใช้งาน อุปกรณ์และเครื่องใช้ที่ได้รับการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อแล้วควรได้รับการปกป้องจากการปนเปื้อนเพิ่มเติม
- 3 การทำความสะอาดและฆ่าเชื้ออุปกรณ์และเครื่องใช้ควรป้องกันไม่ให้น้ำยาทำความสะอาดหรือสารฆ่าเชื้อปนเปื้อนอาหาร พื้นผิวสัมผัสกับอาหารและวัสดุบรรจุภัณฑ์

ระบบประกันคุณภาพ	
 <p>แหล่งอาหารและการรับสินค้า</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 เพื่อให้มั่นใจในความปลอดภัยของแหล่งที่มาของวัตถุดิบ ผู้ประกอบอาหาร ควรเก็บเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแหล่งที่มาของวัตถุดิบผลิตภัณฑ์ ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป และผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป เมื่อเกิดปัญหา สามารถตรวจสอบแหล่งที่มาเพื่อหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่น่าสงสัยไม่ออกวางจำหน่ายอีกครั้ง 2 เมื่อซื้อสินค้าต้องยืนยันการตรวจสอบสินค้า ผู้ที่ไม่ผ่านการตรวจสอบควรทำเครื่องหมายไว้อย่างชัดเจนและควรจัดเตรียมพื้นที่พิเศษสำหรับการจัดเก็บและจัดการอย่างเหมาะสมเพื่อหลีกเลี่ยงการใช้งานในทางที่ผิด
 <p>การจัดการคลังสินค้าและการ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 คลังสินค้าควรรักษาความสะอาดและมีการระบายอากาศที่ดี ไม่ควรวางสิ่งของบนพื้นโดยตรง ควรปฏิบัติตามหลักการเข้าก่อนออกก่อน ควรมีการบันทึกและดำเนินการควบคุมที่จำเป็น และมาตรการป้องกันการข้าม ควรมีการปนเปื้อน 2 อุณหภูมิผลิตภัณฑ์ของอาหารแช่แข็งควรเก็บไว้ต่ำกว่า -18 องศาเซลเซียส อุณหภูมิผลิตภัณฑ์ของอาหารแช่เย็นควรอยู่เหนือจุดเยือกแข็งต่ำกว่า 7 องศาเซลเซียส ควรหลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงอุณหภูมิที่รุนแรง 3 ยานพาหนะขนส่งควรรักษาความสะอาดและถูกสุขลักษณะ ในระหว่างการขนส่ง ควรปกป้องอาหารไม่ให้ถูกแสงแดดโดยตรง ฝน อุณหภูมิหรือความชื้นที่เปลี่ยนแปลงอย่างรุนแรง ผลกระทบ และการสะสมของน้ำในยานพาหนะ ควรมีมาตรการป้องกันการปนเปื้อนข้าม
 <p>การควบคุมคุณภาพกระบวนการ</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1 ควรหลีกเลี่ยงการปนเปื้อนในระหว่างขั้นตอนการเตรียม และควรรักษาอุปกรณ์ภาชนะ และภาชนะที่ใช้บนโต๊ะอาหารให้สะอาด ควรหลีกเลี่ยงการปนเปื้อนในอาหารระหว่างการใช้งานและการบำรุงรักษา 2 หลักการทำความร้อนจานที่เตรียมไว้อย่างทั่วถึงคือการรักษาอุณหภูมิที่เหมาะสมระหว่างการเก็บรักษาและการจัดหา เมื่อเก็บอาหารและภาชนะควรมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่กันฝุ่น กันแมลง และสุขอนามัยอื่น ๆ สุขอนามัยและความปลอดภัยของสินค้าที่ซื้อพร้อมรับประทาน ควรทานอาหารให้ถูกหลักอนามัยด้วย 3 เมื่อปริมาณสารประกอบโพลาาร์รวมของน้ำมันสำหรับทอดเกิน 25% จะต้องไม่นำมาใช้อีก และควรเปลี่ยนน้ำมันทั้งหมดด้วยน้ำมันใหม่

	<p>4 ผู้ประกอบธุรกิจอาหารควรมอบหมายให้บุคลากรด้านการจัดการสุขาภิบาลกรอกบันทึกการจัดการด้านสุขาภิบาลเป็นประจำทุกวันเกี่ยวกับอาคารและสิ่งอำนวยความสะดวก และเงื่อนไขการจัดการด้านสุขาภิบาล รวมถึงงานด้านสุขาภิบาลที่ระบุไว้ในมาตรฐาน GHP</p>
 <p>สารเคมีและเครื่องใช้ในการทำความสะอาดและฆ่าเชื้อ</p>	<p>1 ยารักษาสิ่งแวดล้อม น้ำยาทำความสะอาด สารฆ่าเชื้อ และสารเคมีที่เป็นพิษที่ใช้สำหรับการป้องกันและควบคุมพาหะนำโรคควรเป็นไปตามกฎหมายและข้อบังคับที่เกี่ยวข้อง มีฉลากชัดเจน เก็บไว้ในสถานที่ที่กำหนด และมีผู้รับผิดชอบในการเก็บรักษาและบันทึกขนาดยา</p> <p>2 ในสถานที่ประกอบอาหาร ห้ามเก็บหรือใช้สารเคมี ยกเว้นที่จำเป็นในการรักษาสุขอนามัย</p> <p>3 สารเคมีที่เป็นพิษควรระบุความเป็นพิษ การใช้ และการรักษาฉุกเฉิน</p>
 <p>การกำจัดของเสีย</p>	<p>1 ของเสียต้องไม่กองรวมกันตามอำเภอใจในและรอบๆ สถานที่ประกอบอาหารเพื่อป้องกันการแพร่พันธุ์ของพาหะ ของเสียควรถูกกำจัดและกำจัดตามกฎหมายการกำจัดของเสียและกฎระเบียบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง</p> <p>2 ควรจัดให้มีสถานที่จัดเก็บพิเศษสำหรับของเสีย เช่น สารเคมี สารกัมมันตภาพรังสี จุลินทรีย์ที่เป็นอันตราย การเนาเสียหรือผลิตภัณฑ์รีไซเคิลที่หมดอายุซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อร่างกายมนุษย์ ความปลอดภัยและสุขอนามัยของอาหาร</p>



Q3. ผู้ประกอบธุรกิจอาหารควรทำอย่างไรหากพบว่าอาหารที่ตนเตรียมทำทำให้เกิดอาการสงสัยว่าอาหารเป็นพิษ?

Answer 3

ตามมาตรา 7 ย่อหน้าที่ 5 ของกฎหมายความปลอดภัยด้านอาหาร:

“เมื่อธุรกิจอาหารพบว่าผลิตภัณฑ์มีความเสี่ยงที่จะเป็นอันตรายต่อสุขภาพและความปลอดภัย พวกเขาควรหยุดการผลิต แปรรูป ขาย และการรีไซเคิลทันที และแจ้งให้เทศบาลและเทศมณฑล (เมือง) ทราบ เจ้าหน้าที่ผู้มีอำนาจ ” เพื่อป้องกันการแพร่กระจายของอาหารเป็นพิษหากธุรกิจพบว่าผลิตภัณฑ์ของตนอาจทำให้เกิดอาหารเป็นพิษควรหยุดการผลิตการขายและการดำเนินการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องและแจ้งสำนักงานสาธารณสุขท้องถิ่นเพื่อติดตามตรวจสอบและจัดการ

สำนักงานสาธารณสุขของรัฐบาลท้องถิ่นหลายแห่งอาจขอให้ธุรกิจต่างๆ ปรับปรุงสภาพแวดล้อม อุปกรณ์ บุคลากร และสภาวะด้านสุขภาพและความปลอดภัยอื่นๆ เพื่อให้เป็นไปตามกฎระเบียบและส่งคนงานด้านอาหารที่เกี่ยวข้องไปรับการฝึกอบรมด้านสุขอนามัยเกี่ยวกับการป้องกันและความปลอดภัย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของการสอบสวน การควบคุมอาหารเป็นพิษ ดำเนินมาตรการติดตามผล หากจำเป็น ช่วยเหลือและกำกับดูแลผู้ปฏิบัติงานในการจัดการรีไซเคิล การทำลาย และการดำเนินการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อป้องกันไม่ให้ผลิตภัณฑ์ที่มีปัญหา กลับเข้าสู่ตลาด



บทผู้บริโภค

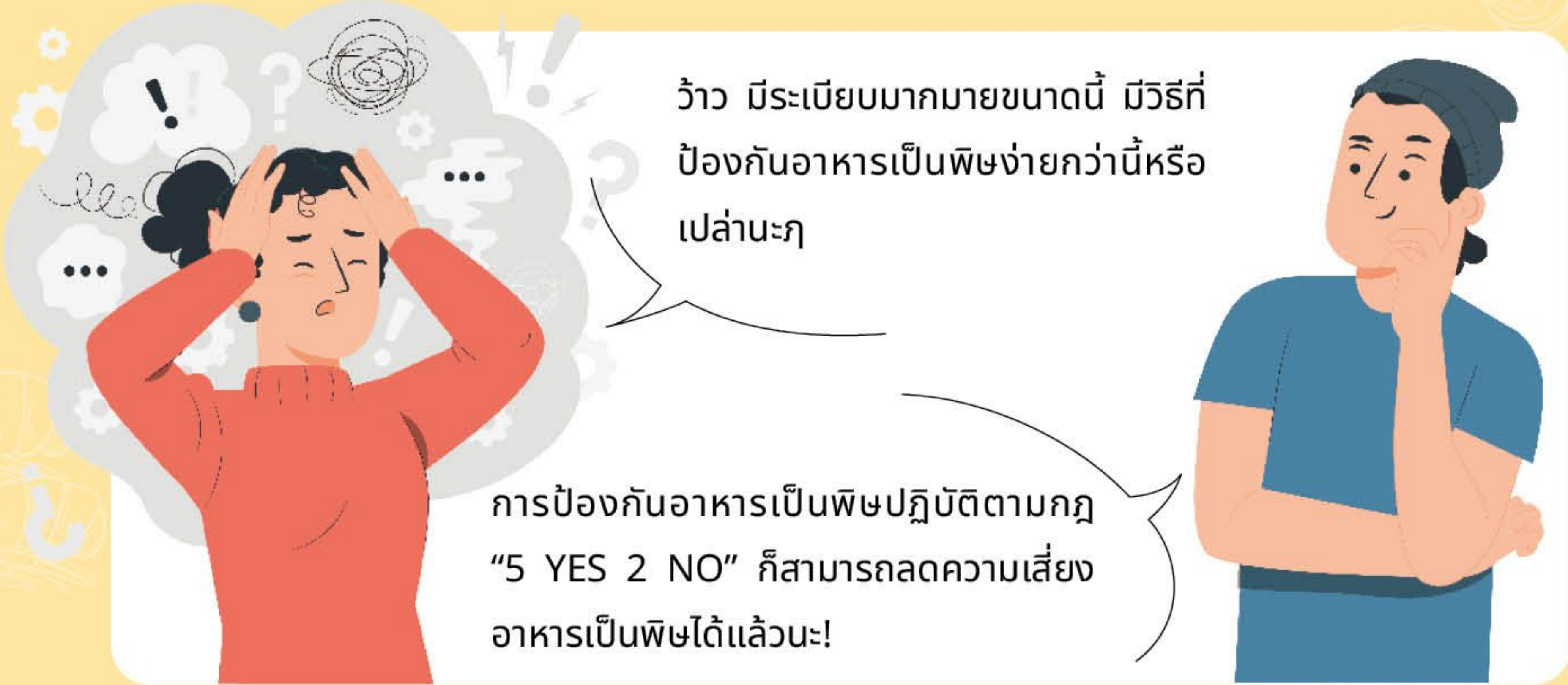
Q. ผู้บริโภคควรทำอย่างไรหากสงสัยว่าอาหารเป็นพิษ?

Answer

หากประชาชนรู้สึกไม่สบายเนื่องจากสงสัยว่าอาหารเป็นพิษ ควรไปพบแพทย์โดยเร็วที่สุดและให้ความร่วมมือกับการสอบสวนของหน่วยงานสาธารณสุขเพื่อชี้แจงสาเหตุของอาหารเป็นพิษ หากสถาบันการแพทย์ (สถาบัน) พบว่าผู้ป่วยต้องสงสัยว่าเป็นโรคอาหารเป็นพิษ ควรแจ้งหน่วยงานสาธารณสุขภายใน 24 ชั่วโมงด้วย (ดูหมายเลขโทรศัพท์รายงานในภาคผนวก 3)



ป้องกันอาหารเป็นพิษ



1 ต้องล้างมือ

รักษานิสัยด้านสุขอนามัยที่ดี ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร หลังใช้ห้องน้ำ และก่อน
และหลังสัมผัสอาหาร และพื้นผิวสัมผัส



2 ต้องสด

วัตถุดิบอาหารต้องสด
ใช้น้ำต้องสะอาด



3 ต้องแยกอาหารดิบและสุกต่างห่าง

ใช้อุปกรณ์ที่แตกต่างกันในการจัดการและเสิร์ฟ
อาหารดิบและปรุงสุกเพื่อหลีกเลี่ยงการปนเปื้อน
ข้าม





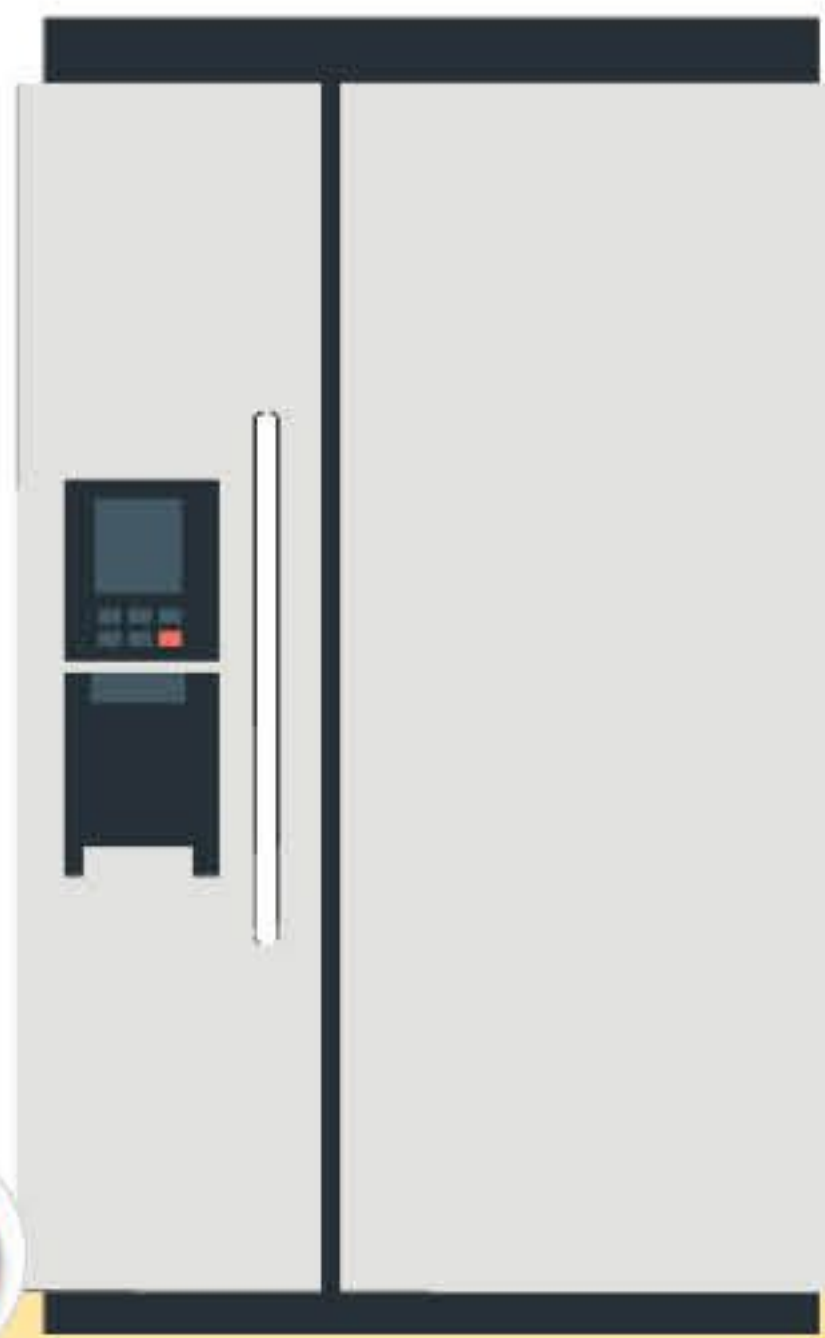
4 ต้องอุ่นร้อน

อาหารต้องต้มเป็นระยะเวลาหนึ่ง (อุณหภูมิแกนกลางเกิน 70°C) เพื่อให้สามารถกำจัดแบคทีเรียได้ง่าย

5 ต้องใส่ใจกับอุณหภูมิในการจัดเก็บ

เก็บที่อุณหภูมิต่ำกว่า 7°C แนะนำให้เก็บอาหารที่ปรุงสุกหรือเน่าเสียง่ายที่อุณหภูมิต่ำกว่า 5°C

ไม่ควรทิ้งไว้ที่อุณหภูมิห้องนานเกินไป



1 อย่าดื่มน้ำจากน้ำพุจาก



2 อย่ากินสัตว์และพืชที่ไม่รู้