

คำแนะนำตามกฎหมาย § ๔๓ บทที่ ๑ ข้อที่ ๑ กฎป้องกันการติดเชื้อโรค
ข่าวสารเรื่องสุขภาพ สำหรับ การงานที่เกี่ยวข้องกับอาหาร

คนที่มีอาชีพทำอาหาร หรือ ทำงานเกี่ยวข้องกับอาหาร ดังข้างล่างนี้:

- ๑) เนื้อสัตว์, เนื้อสัตว์ปีก และผลิตภัณฑ์ของพวกนี้
- ๒) นม และ ผลิตภัณฑ์ที่ทำจากนม
- ๓) ปลา, กุ้ง, ปู, สัตว์น้ำ (เปลือก) นิม และ ผลิตภัณฑ์ของพวกนี้
- ๔) ผลิตภัณฑ์จากไข่
- ๕) อาหารสำหรับเด็กอ่อน หรือ เด็กเล็ก
- ๖) ไอศกรีม และ ผลิตภัณฑ์ที่มีส่วนผสมของไอศกรีมปนอยู่ด้วย
- ๗) ของอบ ที่ไม่ต้องอบให้สุก หรือ ของยัดไส้ หรือ ของทาน้ำ
- ๘) อาหารสำเร็จรูป, อาหารสด, สลัดมัน (Kartoffelsalate), น้ำแกงหมัก, มาโยเนส, ซอสผสมต่างๆ และ
เครื่องดื่ม

โดยที่การทำงานนั้นสัมผัสกับตัวท่านโดยตรง (ใช้มือ) หรือโดยทางอ้อม เช่น งานชาม, ช้อนช่อม หรือ ของใช้แบบ
อื่นๆ

หรือ

ในครัวของร้านอาหาร, ห้องอาหาร, ร้านกาแฟ หรือ ของใช้ต่าง ที่ไว้ทำอาหารร่วมกัน ก่อนที่ท่านจะเริ่มทำงาน
ประเภทนี้ได้ ต้องมีใบรับรองตามกฎหมาย § ๔๓ บทที่ ๑ กฎป้องกันการติดเชื้อโรค จากกรมอนามัย

ทำไมถึงต้องปฏิบัติตามกฎ เพื่อป้องกันเกี่ยวกับเรื่องนี้ ?

อาหารที่กล่าวไว้ข้างบนนี้ เป็นสิ่งที่ทำให้เชื้อโรคขยายตัวแพร่พันธุ์ได้ง่าย การรับประทานอาหารที่ไม่สะอาด มี
เชื้อโรค จะทำให้เป็นโรค เป็นพิษ ถึงกับไม่สบายหนัก ซึ่งเป็นเหตุที่เกิดขึ้นได้ง่ายจากร้านอาหาร สำหรับประชาชน
ทั่วไป

เพราะฉะนั้น เพื่อป้องกันสุขภาพของผู้บริโภค และผู้ทำอาหารเองด้วย จึงจำเป็นต้องมีความรับผิดชอบอย่างสูง
และปฏิบัติตามกฎเกี่ยวกับความสะอาด และอนามัยที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด

(กฎที่สำคัญ ได้เขียนไว้ในใบแนบที่ ๑)

กฎป้องกันการติดเชื้อโรค ได้กำหนดไว้ว่า จะไม่อนุญาตให้ท่านทำงาน ถ้าท่านป่วยโดยที่มีอาการแบบข้างล่างนี้ หรือ หมอตรวจพบว่าท่านเป็นแบบข้างล่างนี้ คือ:

- ท้องเสียโดยกะทันหัน ซึ่งเกิดจาก ซาโมเนล, ชิเกลเลน, เชื้ออหิวา, สตาฟิโลโคคเคน, คัมทีโลแบคเทเรีย, โรต้าไวรัส
- ไข้รากสาด หรือ ไข้รากสาดเทียม
- ไวรัสเฮปาติตีส A หรือ E (ตับอักเสบ)
- เป็นแผลอักเสบ หรือ โรคผิวหนังชนิด ที่มีโอกาสให้เชื้อโรคผ่านทางอาหารไปติดผู้บริโภคได้

ตรวจอุจจาระแล้วพบว่า มีเชื้อโรคชนิดต่อไปนี้:

- ซาโมเนลเลน
- ชิเกลเลน
- เอนเตอร์โรซอโมซากิซเร่ เอชเชอริเรีย Coli บักเทเรีย
- อหิวา

ถ้าท่านมีเชื้อโรคพวกนี้ออกมา (ทางอุจจาระ, เสมหะ, โอ-จาม) แต่ท่านไม่รู้สึkp่วย หรือ เป็นไข้ ก็ห้ามไม่ให้ทำงานเกี่ยวกับอาหารการกิน

อาการต่อไปนี้แสดงว่าเป็นโรคที่กล่าวไว้ข้างบนนี้:

- ท้องเสียมากกว่า ๒ ครั้งต่อวัน, อาจจะมีอาการคลื่นไส้, อาเจียน และมีไข้
- มีไข้สูง และปวดหัว, ปวดท้อง หรือ ปวดตามข้ออย่างแรง และ ท้องผูก (หลังจากนั้น ๒-๓ วัน ท้องเสียมาก) แบบนี้ คือ อาการไข้รากสาด และไข้รากสาดเทียม
- ถ้าเป็นอหิวาตกโรค คือ ท้องเสีย เวลาถ่ายจะขาวขุ่นๆคล้ายนม และร่างกายจะเสียน้ำมาก
- ผิวหนัง และลูกตาเหลือง อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร แสดงว่าเป็นโรคตับอักเสบชนิด A หรือ E
- แผล หรือ แผลจากโรคผิวหนัง อาจจะติดเชื้อได้ ถ้าแผลสีแดงจัด, และ/หรือบวมอักเสบ

ถ้ามีอาการที่กล่าวมานี้ ท่านต้องรีบไปหาหมอทันที เชื้อฟังในคำแนะนำของหมอ และบอกหมอด้วยว่าท่านทำงานเกี่ยวกับอาหารการกิน นอกจากนี้แล้วท่านต้องแจ้งให้หัวหน้ารับทราบเรื่องทันที

(ถ้าท่านอยากทราบรายละเอียดเกี่ยวกับโรคพวกนี้ อ่านได้ที่ใบแนบที่ ๒)

ดังนั้นจึงขอให้ท่านเซ็นชื่อรับรองว่าท่านได้อ่าน และเข้าใจแล้ว ไม่มีอะไรที่ท่านไม่ทราบเกี่ยวกับการทำงาน (ใบแนบที่ ๑)

หลังจากที่ได้รับทราบจากการอธิบาย ท่านก็จะได้รับใบรับรองจากนางงานของท่าน (ใบแนบที่ ๒)

ใบแนบที่ ๑

ท่านจะช่วยป้องกันเชื้อโรคที่ผ่านทางอาหารการกินได้อย่างไร?

คำตอบ

- อาบน้ำก่อนจะเข้างาน, ก่อนที่จะเริ่มทำงานชิ้นใหม่ (หั่นปลาแล้วไปจับผัก) หรือหลังจากเข้าห้องส้วม ควรจะต้องล้างมือให้สะอาด ด้วยน้ำก๊อก และฟอกสบู่ทุกครั้ง แล้วเช็ดมือให้แห้งด้วยกระดาษหรือผ้าที่ไร้ขนเดียวแล้วทิ้ง
- ก่อนเริ่มทำงานควรจะต้องถอดแหวน และนาฬิกาออก
- ให้ชุดที่สะอาดๆ (หมวกก๊วก, เสื้อคลุม, ถุงมือ, รองเท้าทำงาน)
- ห้ามจาม หรือไอใส่อาหาร อย่างเด็ดขาด
- ถ้ามีแผลเล็กๆน้อยตามมือ, ตามแขน ควรปิดด้วยพลาสติกหรือกันน้ำทุกครั้ง

ซีเกลโลเส (เชื้อโรคลำไส้ใหญ่)

ตัวนำเชื้อคือซีเกลบั๊กทีเรีย ส่วนมากติดเชื้อจากคนต่อคน (จากมือที่สกปรก) หรือจากอาหาร และน้ำดื่มที่ไม่สะอาด ซีเกลเลนเป็นเชื้อโรคที่แรง คือว่ามีเชื้อโรคไม่ต้องมากก็ป่วยได้ เคยปรากฏว่าในเครื่องไม้ใช้สอยสำหรับเด็กมีโรคระบาดชนิดนี้มาแล้ว โรคนี้เริ่มด้วยการมีไข้สูง ปวดหัวและปวดท้อง ท้องเสียก่อน แล้วต่อมามีเลือดออกมาด้วย เชื้อโรคนี้นี้มีในเยอรัมมัน ไม่ใช่โรคที่มาจากทางเดินทาง เพราะฉะนั้นจึงมีโอกาสที่จะติดเชื้อได้ทุกเวลา.

เชื้อซาโมเนลเลน

ตัวนำเชื้อมีหลายชนิด มาจากอาหารสัตว์ที่มีเชื้อโรคนี้น้อยอยู่ (ตัวอย่างเช่น เนื้อสัตว์ นม ไข่) อาการส่วนใหญ่จากโรคนี้ คือ ท้องเสีย, อาเจียน, ปวดท้อง, มีไข้แต่ไม่สูง อาการอาจจะเปลี่ยนไปเปลี่ยนมาได้

เชื้อโรคนี้นี้อยู่ทั่วโลก อาจติดเชื้อเมื่อไรก็ได้แต่ส่วนมากมักจะเป็นตอนฤดูร้อน

กาสโตรเอนโตริติสจากตัวนำเชื้อชนิดอื่น

จากเชื้อแบคทีเรียชนิดอื่น (ตัวอย่างเช่น สด้าทือโลโคเคน, โคลิแบคทีเรีย, แคมพิโลแบคทีเรีย, เยลลินิน) หรือไวรัส (ตัวอย่างเช่น โรตา- อาเดโน- โนวิน- บักทีเรีย) สามารถทำให้มี อาการท้องเสีย อาเจียน หรือ ปวดท้อง

เฮปาดิตีส์ A หรือ E (ดับอักษร A หรือ E)

ตัวนำเชื้อเป็นไวรัส มาจากอาหารที่มีเชื้อไวรัสที่ทำให้ดับอักษร การติดเชื้อจากคนต่อคนก็เป็นได้ หลังจากที่ใครติดเชื้อประมาณ ๑-๒ อาทิตย์ จะเผยแพร่โรคนี้ทางอุจจาระได้ ส่วนมากคนที่เป็โรคนี้จะเป็นผู้ใหญ่ เวลาเป็นโรคนี้ ตัวจะเหลือง, ตับบวม, เบื่ออาหาร และ เพลีย ดับอักษรจาก ไวรัส A มีอยู่แถวนี้ แต่ไวรัส B ส่วนใหญ่ที่เอเชีย แอฟริกา และ อเมริกากลาง(ติดเชื้อมาจากการเดินทาง) โรคที่ ๒ นี้ มีอาการคล้ายกันวิธีป้องกันดับอักษรชนิด A วัคซีนวัคซีนป้องกันได้ ก่อนที่จะเดินทางไปประเทศนั้นๆควรจะต้องคิดถึงเรื่องการฉีดวัคซีนป้องกัน หรือปรึกษาหมอหรือกรมอนามัย

ใบแนบที่ ๒

เป็นโรคอะไรที่กฎหมายห้ามทำงานเกี่ยวข้องกับอาหารการกิน

ไข้รากสาด, ไข้รากสาดเทียม

ตัวนำเชื้อคือซาโมเนลลาทือพี หรือ พาราทือพี ส่วนใหญ่ติดเชื้อโรคจากน้ำ และอาหาร ที่ไม่สะอาด โรคนี้เริ่มด้วยการมีไข้สูงติดต่อกันหลายวัน และถ้าปล่อยไว้จะมีไข้จะนานเป็นอาทิตย์ นอกจากนี้มีอาการปวดหัว ปวดท้อง และปวดตามข้อ อาจจะท้องผูก และต่อมาจะท้องเสีย สีจะออกเขียว น้ำตาลอ่อน น้ำและอาหารในเยอรัมมัน สะอาดโรคนี้จึงเกิดขึ้นได้น้อยมาก

ไข้รากสาด และไข้รากสาดเทียม มีอาการป่วยคล้ายกัน แต่อาการไข้รากสาดเทียมจะอ่อนกว่า

โรคทั้งสองชนิด ตามธรรมดาจะมาจากประเทศที่มีโรคนี้บ่อย (เช่น แอฟริกา, อเมริกาใต้, เอเชียตอนใต้) หรือมาจากที่การอนามัยไม่ค่อยดี เนื่องจากมีอุทกภัย หรือมีสงครามรบกัน มีวัคซีนที่ป้องกันโรคนี้อยู่หลายชนิด ถ้าท่านจะบินไปประเทศที่กล่าวมานี้ ควรจะไปหาหมอ หรือกรมอนามัยก่อน เพื่อที่จะได้คำแนะนำเกี่ยวกับยาฉีดป้องกัน

อหิวาตกโรค

ตัวนำเชื้อคือเชื้อโรคอหิวา โรคนี้เป็นได้เพราะน้ำหรืออาหารสกปรก หรืออาจจะติดจากคนต่อคนก็ได้ เวลาเป็นจะมีอาการ ท้องเสีย, อาเจียน และปวดท้อง อุจจาระขาวเหมือนนม แต่ไม่มีเลือดปน ไม่จำเป็นว่าจะต้องมีไข้เสมอไป เวลาเป็นนานๆ ร่างกายจะเหี่ยวแห้ง (ถูกตาโบลิก และ เนื้อหนังย่น) ตัวนำเชื้อชอบอยู่ในถิ่นที่การอนามัย และน้ำบริโภคไม่ดี หรือไม่สะอาด (เช่น เอเชียตะวันตก, อเมริกาใต้, แอฟริกา) ยาฉีดป้องกันโรคนี้ที่มีใช้ในเยอรมันไม่ขอแนะนำ เพราะยาฉีดแก่โรคนี้ในต่างประเทศดีกว่า ท่านสามารถจะสั่งจากต่างประเทศผ่านทางร้านขายยา (Apotheke) ได้ เพราะฉะนั้นถ้าต้องการไปแถบประเทศที่มีโรคนี้ ควรจะปรึกษากับหมอหรือกรมอนามัยก่อน.