

มาตรการป้องกันการเจ็บป่วยด้วยโรคอุจจาระร่วงเฉียบพลันช่วงเทศกาลสงกรานต์ปีใหม่ ดือนรับปีใหม่

ยึดหลัก “สุก ร้อน สะอาด”

- สุก**
- กินอาหารปรุงสุกใหม่ ไม่กินอาหารดิบ หรือสุก ๆ ดิบ ๆ
 - อาหารหลังปรุงสุกควรกินภายใน 2 ชั่วโมง (หลัง 2 ชั่วโมง จะมีการเจริญเติบโตของเชื้อก่อโรค)
 - อาหารปรุงสุกแยกเก็บจากอาหารดิบและเก็บไว้ในอุณหภูมิที่เหมาะสม มีภาชนะปกปิดป้องกันแมลง และสัตว์นำโรค
 - แยกภาชนะบรรจุและอุปกรณ์ที่ใช้ระหว่างอาหารปรุงสุกกับอาหารดิบ (ป้องกันการปนเปื้อนเชื้อก่อโรคจากอาหารดิบไปสู่อาหารปรุงสุก)
 - ใช้น้ำต้มสุกขงนมให้เด็ก

- ร้อน**
- อาหารปรุงสุกที่เก็บไว้นานเกิน 2 ชั่วโมง ต้องนำมาอุ่นร้อนให้ทั่วถึงก่อนกินทุกครั้ง

- สะอาด**
- ล้างมือด้วยสบู่และน้ำให้สะอาดทุกครั้งก่อนปรุงประกอบอาหาร ก่อนกินอาหาร ก่อนและหลังดูแลเด็กและผู้ป่วย หลังเข้าห้องน้ำ หลังสัมผัสสัตว์เลี้ยงหรือสิ่งสกปรก
 - วัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงประกอบอาหารสด สะอาด มีคุณภาพ ไม่หมดอายุ เลือกซื้อจากแหล่งที่เชื่อถือได้ เช่น ตลาดสดน่าซื้อ หรือมีเครื่องหมายรับรองมาตรฐาน เช่น ออย มอก. ฮาลาล Q เป็นต้น



- รักษาความสะอาดของภาชนะ อุปกรณ์ สถานที่ปรุงประกอบอาหาร ให้ปราศจากสิ่งสกปรก แมลง และสัตว์ต่างๆ
- ต้มน้ำดื่มสุก น้ำกรอง น้ำดื่มบรรจุขวดมีเครื่องหมาย ออย. บรรจุภัณฑ์สะอาด ไม่รั่วซึม ฝาปิดสนิท
- บริโภคน้ำแข็งหลอดบรรจุปิดสนิท ได้มาตรฐาน GMP มีเครื่องหมาย ออย. มีข้อความ “น้ำแข็งใช้รับประทานได้” และไม่แช่วัตถุดิบหรือสิ่งของอื่นในน้ำแข็งบริโภค
- ล้างขูดนมให้สะอาดและนำมาต้มในน้ำเดือดอย่างน้อย 10 - 15 นาที ทุกครั้งก่อนขงนมให้เด็ก

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลทอนหงส์