

### هل يعينى قانون الوقاية من الانتانات؟

يمس قانون الوقاية من الانتانات جميع الأشخاص اللذين على تماس مع المواد الغذائية التالية، سواء من خلال تحضيرها، التعامل معها، أو نقلها:

- ◀ اللحوم، لحوم الطيور و منتجاتها
  - ◀ الحليب و مشتقاته
  - ◀ الأسماك، السلطعون (السرطان) أو الرخويات و منتجاتها
  - ◀ منتجات البيض
  - ◀ أطعمة الأطفال و حديثي الولادة
  - ◀ المثلجات و المنتجات نصف المثلجة
  - ◀ المواد الغذائية الحساسة، سلطة البطاطس، الأغذية المنقوعة، المايونيز، غيرها من الصوصات المستحلبة، الخمائر الغذائية
  - ◀ البراعم والشتلات (البذور المنتشة) للاستهلاك الخام و كذلك البذور المستخدمة لإنتاجها
- أن تكون على تماس مع المواد يعنى أن تلامسها اما باليد مباشرة أو عن بعد من خلال أدوات العمل

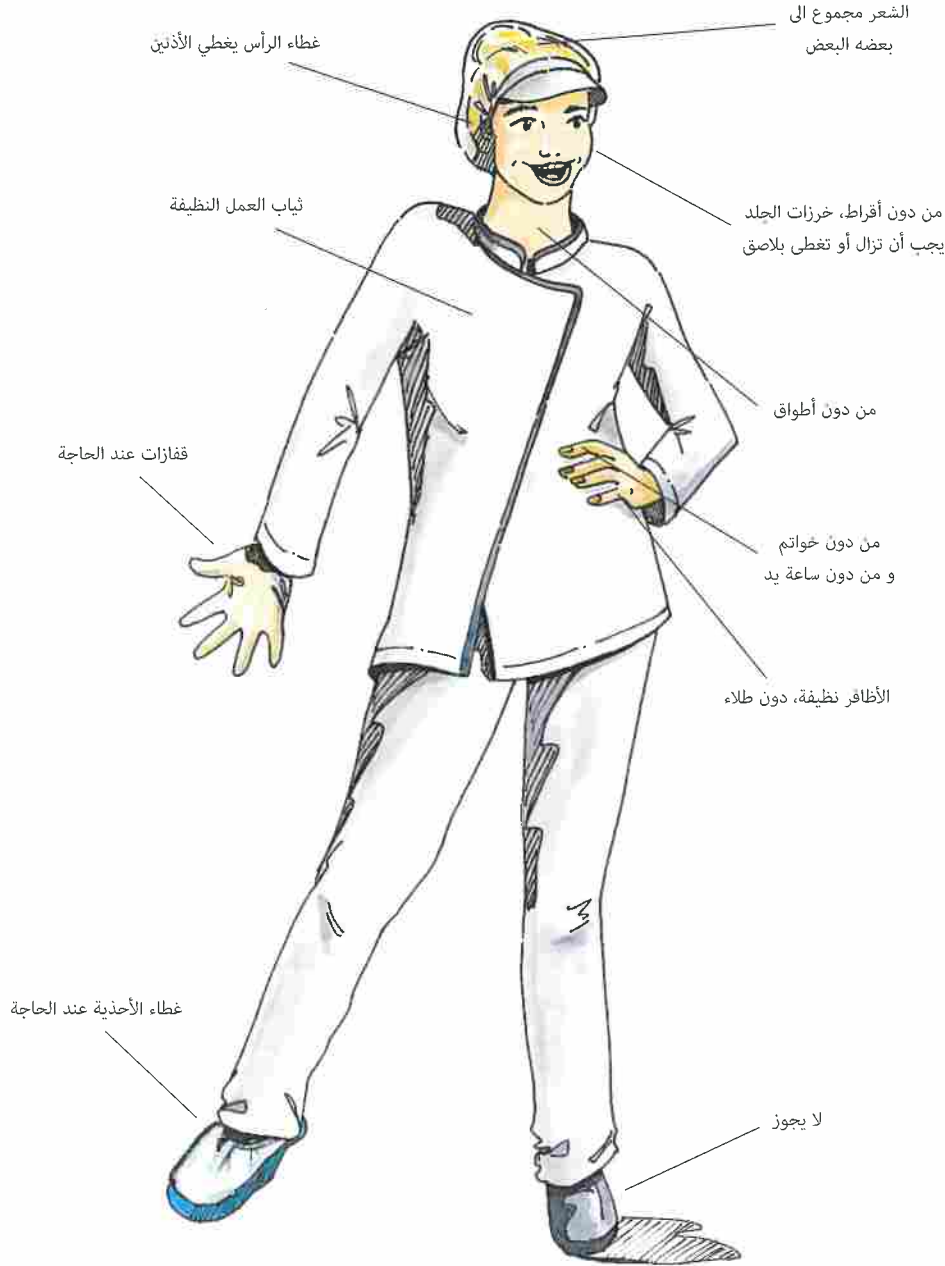
متى لا يسمح لي بالتوجه الى العمل؟

لا يجوز لكم العمل في المنشأة التي تعملون بها إذا ما أثبت ما سبق ذكره من الأعراض المرضية اصابتم بواحد على الأقل من الأمراض التالية:

- ◀ التهاب المعدة والأمعاء الحاد و المعدي (إسهال مفاجئ مُعدي)
- ◀ الكوليرا
- ◀ التيفوئيد أو الحمى نظيرة التيفية
- ◀ التهاب الكبد A أو E (الالتهاب الكبدي)
- ◀ الإصابة بالشقيلا Shigella
- ◀ السالمونيلا
- ◀ الجروح المُنْتنة أو الأمراض الجلدية التي من المحتمل أن تنتقل العوامل المسببة لها إلى أشخاص آخرين عن طريق الغذاء

اجراءات النظافة البسيطة المتخذة قبل بدء يوم العمل: ماذا يجب عليّ أن أفعل قبل البدء بالعمل؟

- ☑ قلع ملابس الشارع (الملابس العادية) و ارتداء ملابس العمل النظيفة
- ☑ ازالة المجوهرات عن اليدين،الساعدين، الأذنين والعنق
- ☑ تغطية أو إزالة خرزات الجلد Piercing
- ☑ ربط الشعر
- ☑ ارتداء غطاء الرأس (يجب أن يغطّي غطاء الرأس الأذنين أيضاً!)





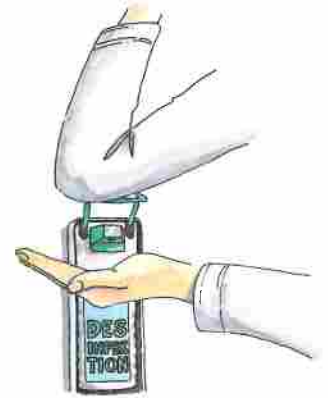
في بعض المنشآت من الضروري فضلاً عما سبق أن تلتزموا أيضاً و على سبيل المثال بالخطوات التالية:

- ارتداء واقية الفم (الكمامة)
- ارتداء غطاء على اللّحي
- ارتداء القفازات
- ارتداء غطاء الأحذية
- ارتداء ملابس خاصة

فضلاً عن ذلك يجب أن تحرصوا أيضاً على أن تقلّموا أظافركم بشكل جيد و بحيث تكون أيضاً نظيفة وقصيرة. لا تضعوا طلاء الأظافر.

نتقدم أيدينا لمسببات الأمراض الظروف المثالية للبقاء على قيد الحياة. اغسلوا واطهروا أياديكم دوماً:

- قبل بدء العمل
- قبل بدء كل يوم عمل
- بعد التعامل مع الدواجن (الطيور) والبيض
- بعد التعامل مع الأدوات المتسخة
- بعد التخلص من النفايات
- بعد كل دخول الى المرحاض
- بعد الاستراحات



غسل اليدين جيداً و تطهيرها بلا أدنا شك ضروري جدا! احرصوا عند غسل اليدين و تطهيرها أن تستخدموا فقط المرفق لفتح الماء و للحصول على مواد التنظيف و التطهير.

اجراءات النظافة البسيطة المتخذة أثناء العمل: على ماذا يجب علي أن أحرص؟

- اعطسوا واسعلوا، بعيداً عن الأطعمة في مرفقكم
- دخنوا، تناولوا الطعام أو الشراب أو امضغوا العلكة فقط في فترات الاستراحة، وليس في مكان العمل
- اغسلوا واطهروا أيديكم (مدة ٠٣ ثانية تقريباً) بانتظام



اجراآت النظافة البسيطة المتخذة، في المنزل أيضاً.

و أيضاً في المنزل، يجب أن تحرصوا على اتباع الإجراءات المناسبة للعناية بالجسم.

الاستحمام اليومي و الاعتناء باليدين والشعر يقبان من دخول مسببات الأمراض الى منشآتكم.



ماذا أفعل اذا أذيت نفسي؟

يجب معالجة الجروح فوراً!

غطوا الجروح في اليدين والساعدين بلصاقات الجروح الملونة المقاومة للماء. القفازات المطاطية و غطاء الإصبع تقدم حماية إضافية من انتشار مسببات الأمراض.



اجراآت النظافة البسيطة المتخذة في نهاية يوم العمل: ما هو المهم؟

عندما تغسلوا و تطهروا أيديكم عدة مرات يومياً يمكن أن تصبح اليدين سريعاً جافة و متشققة. يوفر الجلد الجاف/المتشقق لمسببات الأمراض الفرصة للانتشار بحيث يصبح من المتعذر تطهير اليدين بشكل موثوق.



ادهنوا أيديكم في نهاية يوم العمل بأحد كريمات العناية بالبشرة.