

Инструкция съгласно § 43, ал. 1, № 1 от закона за предпазване от инфекциозни болести

(Разширено издание на института Робърт Кох, упътване)

Здравна служба Мите Берлин (Gesundheitsamt Mitte von Berlin)

по данни от 04/2013

Допълнителен материал за работодателите може да получите от нашите сътрудници!

Здравна информация относно боравенето с хранителни продукти

Лица, които се занимават професионално с производство, обработване, опаковане или продажба на следните хранителни продукти - по девета точка също и с отглеждане на кълнове и правене на салати от тях:

- 1. Месо, птиче месо и месни изделия**
- 2. Мляко и млечни изделия**
- 3. Риби, раци, морски дарове и изделия от тях**
- 4. Яйчни продукти**
- 5. Храна за кърмачета и малки деца**
- 6. Сладолед и сладоледови изделия**
- 7. Печива, с пълнеж или плънка, сурови или необработени при висока температура**
- 8. Деликатеси, сурови храни и картофени салати, маринати, майонези и други емулгирани сосове, набухватели**
- 9. Кълнове за консумация в суров вид, както и семена за производството им**

при което влизат в директен (ръка) или недиректен (съдове, прибори и други материали за работа) контакт с тях, или

които работят в кухните на гостилници, ресторанти, столове, кафета или други заведения за обществено хранене,

се нуждаят преди започването на тези дейности от удостоверение съгласно § 43, ал.1 от закона за предпазване от инфекции, което се издава от Районните здравни служби (Gesundheitsamt). Удостоверението има валидност три месеца от датата на издаването му.

Защо трябва да се съблюдават специални предпазни мерки?

Определени болестотворни микроорганизми могат да се размножат много лесно в по-горе изброените продукти.

Чрез консумацията на храни, замърсени с болестотворни микроорганизми, хората могат да получат инфекции и отравяния. В заведенията за обществено хранене могат да бъдат засегнати особено голям брой хора.

Поради това, от всеки работещ в тази сфера се изисква поемането на пълна отговорност и спазването на хигиенните правила, което ще гарантира собствената им защита и защитата на потребителя.

Най-важните правила за предпазване от инфекции, причинени от заразени хранителни продукти, ще намерите на стр. 3.

Законът за предпазване от инфекции постановява, че Вие нямате право да упражнявате гореизброените дейности, в случай че при вас се появят симптоми на или са диагностицирани някоя от следните болести:

- остър, инфекциозен гастроентерит (внезапно появила се заразна диария) причинена от следните болестотворни микроорганизми: салмонелни бактерии, шигела-бактерии, холерни бактерии, стафилококи, кампилобактер, ротавируси и други причинители на диария
- коремен тиф или паратиф (бактериална дезинтерия)
- вирусен хепатит тип А или Е (възпаление на черният дроб)
- възпалени рани или определени кожни болести, при които съществува възможността техните причинители да се пренесат чрез хранителни продукти върху други хора.

Вие нямате право да упражнявате горепосочените дейности също така и в случай, че при изследване на изпражненията Ви се окаже, че имате следните **болестотворни бактерии**:

- салмонелни бактерии
- шигела бактерии
- ешерихия коли бактерии
- холерни вибриони.

Дори да сте само носител на тези бактерии без да се чувствате болен (най-често случайно установена находка при рутинен лекарски преглед) е забранено да работите в заведенията за производство на хранителни изделия.

Забраната за работа влиза автоматично в сила при установяване на заболяване, предизвикано от по-горе посочените причинители. Няма нужда от административен акт от страна на здравната служба. Работещият не може да бъде уволнен поради забраната за работа, а работодателят е застрахован срещу финансови загуби.

Следните симптоми са признаци на по-горе изброените болести:

- **разстройство** (евентуално с кръв) по-често от три пъти на ден, евентуално придружено с гадене, повръщане и висока температура.
- **висока температура**, придружена с главоболие, болки в ставите и корема, а също и запек, който след няколко дни преминава в тежко чревно разстройство, са признаци за коремен тиф и бактериална дизинтерия.
- типични за **холерата** са диариите с млечно бял цвят, съпроводени със силно обезводняване.
- **оцветяването на кожата и на очните ябълки в жълт цвят**, съпроводено с общо чувство на отпадналост и липса на апетит, е признак на жълтеница от тип А или Е.

Рани или открити рани, в резултат на кожни заболявания могат да бъдат заразни, в случай, че са налице зачервявания, облагания със секрет, сълзящи рани и подутини.

Ако у Вас се появят горепосочените симптоми, трябва да се обърнете веднага към домашният си лекар! Кажете му, че вие работите във фирма за хранителни продукти, или с хранителни продукти.

Освен това сте задължен да уведомите незабавно началника или работодателя си за заболяването.

Повече информация за горепосочените болести можете да прочетете от четвърта страница нататък.

Въз основа на Закона за предпазване от инфекциозни болести работодателят Ви е длъжен да Ви инструктира при започване на работа Ви, а след това и на всеки две години, а също така и да документира тези инструктажи.

Удостоверението от първия и документацията от последните инструктажи трябва да се намират на работното място, за да могат да бъдат контролирани по всяко време от службите по реда.

Как може да допринесете за предпазването от инфекции, причинени от заразени хранителни продукти?

- **Бижута**
Сваляйте всички бижута преди започване на работа (пръстени, гривни, часовници). Под тях, в съчетание с пот, могат да възникнат гнезда на болестотворни микроорганизми.
- **Миене на ръцете**
Мийте ръцете си
 - преди започване на работа,
 - преди всеки нов работен процес,

- след почивките,
- при видимо замърсени ръце,
- и естествено след всяко посещение на тоалетната или контакт с носа,

предимно под течаща вода с течен сапун - твърдият сапун е нехигиеничен.

При силно замърсени ръце използвайте четка за нокти, която след почистването трябва да измиете добре и да дезинфектирате. Измивайте особено интензивно местата, които най-често се забравят:

- върхът на пръстите и ноктите на ръцете,
- междупръстното пространство,
- обратната страна на дланта и пръстите,
- напречните гънки на дланта,
- палецът от всички страни.

Използвайте при подсушаване кърпи за еднократна употреба (от хартия или плат) и спирайте водата с кърпата, за да не докосвате директно батерията с ръка.

Грижата за кожата принадлежи също към профилактичната грижа за здравето тъй като добре поддържаната кожа се напуква по-малко и поради това не може да събира болестотворни микроорганизми.

Облекло / защитно облекло

Носете чисто **облекло** – в случай, че е необходимо защитно облекло, то трябва да бъде също чисто.

При дейности, свързани с приговянето на храни и хранителни продукти, трябва да се избягва падането на косми и пърхут върху тях. За тази цел е необходимо да се носи **боне за прибиране на косите**.

Ако предписанието го изисква, носете в производствените помещения **престилка, ръкавици и подходящи обувки**.

Поведение

Слагайте ръка пред носа или устата, когато кихате или кашляте. Използвайте **хартиени носни кърпи** и ги изхвърляйте след еднократна употреба. След това измивайте добре ръцете си.

Не пушете в непосредствена близост до храни или до предмети за ежедневна употреба, които могат да влязат в контакт с храните. Пепелта от цигарите или дори угарките, могат да попаднат в хранителните продукти. Постоянно сменящият се контакт на ръката с устата и хранителните стоки може да доведе до пренасяне на болестотворни микроорганизми.

Анкерпласт

Покривайте малките рани на ръцете си с водонепропускливи лепенки. В случай, че ръбовете на лепенките се отлепят, ползвайте допълнително напръстник.

При кои заболявания съществува законова забрана за работа?

Салмонелна инфекция

Причинява се от многобройни салмонелни видове, които се приемат чрез **храни, произхождащи от заразени животни или животински продукти** (например месо, мляко, яйца). Най-често срещането заболяване от салмонела е свързано със силно повръщане и разстройство, съпроводено с болки в корема и средно висока температура. Между другото симптомите могат значително да вариират. Тези болестотворни микроорганизми са разпространиени в целият свят. Инфекция може да се появи по всяко време, но най-често заболяването се среща през лятото.

Шигелоза (бактериална дизинтерия)

Причинява се от бактериите шигела. Пренасянето им става най-често от човек на човек (при недостатъчна хигиена на ръцете), а така също и чрез замърсени храни и питейна вода. Бактериите шигела са силно заразни. Това означава, че за да се разболее човек са достатъчни дори само няколко бактерии. Това заболяване се среща често в нашите детски заведения. То започва внезапно, с висока температура, главоболие и коремни крампи. В началото на заболяването диарията е водниста, после става кървава. Причинителят на шигелозата е разпространен също и в Германия. Следователно шигелозата не е типична болест, от която човек може да се зарази при пътуване в чужбина.

Гастроентерит причинен от други болестотворни микроорганизми

Също и други бактерии (напр. стафилококи, определени коли-бактерии, кампилобактерии) или вируси (напр. ротавирус, аденовирус) могат да бъдат причина за разстройство, повръщане и болки в корема.

Хепатит А или Е

Хепатит от типа А или Е се причинява от вируси. Заразяването с тях става чрез приемане на храни, които ги съдържат. Предаването **от човек на човек** също е възможно, понеже вирусите се отделят чрез изпражненията на човека в продължение на 1-2 седмици след заразяването. От жълтеница, придружена с подуване на черният дроб, отпадналост и липса на апетит, се разболяват главно възрастни хора. Докато хепатит А се среща предимно при нас, то хепатит Е е разпространен най-вече в Азия, Африка и Централна Америка. Двете заболявания протичат съвсем еднакво и пътищата за пренасянето им са едни и същи.

За съжаление съществува само имунизация срещу хепатит А, но не и срещу хепатит Е. Преди пътуване в южни страни не бива в никакъв случай да забравяте имунизацията срещу хепатит А. В този случай е добре да решите, дали да не се имунизирате едновременно и срещу хепатит В, защото комбинираната ваксина е съвсем малко по-скъпа отколкото ваксината само срещу хепатит А.

Коремен тиф и паратиф

Причинителите на тези заболявания са бактериите *Salmonella typhi* и *Salmonella paratyphi*. Приемането им става чрез заразени с тях хранителни продукти и питейна

вода. Заболяването започва с висока температура, която се покачва непрекъснато, и без лечение това състояние може да продължи няколко седмици. Други признаци са главоболие, болки в корема и костите. Първоначално може да се появи запек, който по-късно преминава в диария с цвят на грахова каша. Поради добра хигиена на питейната вода и на хранителните продукти, тези болестотворни бактерии не са разпространени у нас. Коремният тиф и паратифът протичат сходно, но симптомите при паратифа не са толкова тежки както при коремният тиф.

Двете заболявания се пренасят по принцип от ендемични области (Африка, Южна Америка, Югоизточна Азия) или от области, където хигиенните условия в резултат на катастрофи и военни действия са драматично влошени.

Съществуват няколко вида противокоремнотифни ваксини. Ако се налага да пътувате служебно или частно в засегнати от тази болест страни, консултирайте се непременно с Вашият домашен лекар, относно подходящата имунизация.

Холера

Холерата се причинява от холерни бактерии. Пренасянето им става чрез приемане на заразена вода и хранителни продукти. Възможно е и директно предаване от човек на човек. Тази инфекция протича по правило като диарийно заболяване, придружено с повръщане и болки в корема. Изпражненията са млечно бели без примеси на кръв. Високата температура не е типична за холерата. При тежко протичане на заболяването загубата на течност е голяма, поради което се стига до обезводняване на организма.

Както и другите, така и тези болестотворни бактерии се срещат предимно в страни с лоши хигиенни условия и незадоволително снабдяване с вода (източна Азия, южна Америка, Африка). Не се препоръчва имунизация с ваксината, която в момента е на немският пазар. Впрочем, в чужбина могат да се намерят по-добре действащи по-добре поносими противохолерни ваксини. Те биха могли да бъдат поръчани чрез интернационални аптеки. Затова, ако пътувате в страни, в които това заболяване се среща, консултирайте се с Вашият домашен лекар относно подходящите имунизации.

Защо от 2001 година насам не се правят изследвания при първия инструктаж?

По-рано се правеше изследване за туберкулоза:

Основният причинител на туберкулозата, *Mycobacterium tuberculosis*, се пренася от човек на човек по въздушно-капков път. Хранителните продукти не играят днес изобщо никаква роля като транспортен медиум. По тази причина отпадна и рутинното туберкулозно изследване.

По-рано се изследваха проби от изпражнения:

- Изследването на изпражненията, което се правеше преди започване на работа в сферата на общественото хранене, не е надежден метод за предотвратяване на епидемии посредством заразени хранителни продукти. То отразява само моментното състояние и може да даде измамно чувство за сигурност.
- Периодични проучвания показаха, че дори и при рутинни изследвания на изпражненията не се стига до намаляване броя на заболяванията от салмонела. В крайна сметка само редовното регистриране на отделни заболявания, и необходимото в тези случаи отстраняване от работа води до подобрене.

Замърсените ръце са основната причина за пренасяне на болестотворни микроорганизми. Затова хигиената на ръцете е най-важната мярка за предпазване от инфекции!

Предпоставки за ефективна хигиена на ръцете:

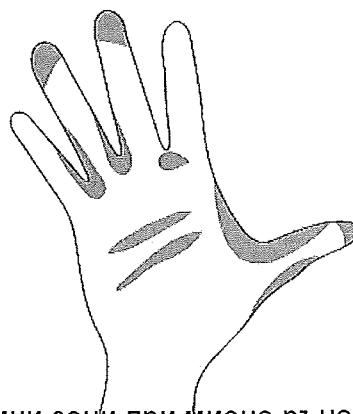
- ниско изрязани, до върха на първата фаланга, нокти
- ненапукана повърхност на ноктите (напр. чрез напукан лак)

Какъв сапун да се използва?

- течни, неалкални, неутрални **почистващи препарати от дозатори**
 - с възможно най-ниска степен на дразнимост
 - неароматизирани, с ниска рН стойност
- да не се използва твърд сапун: той е потенциален резервоар на болестотворни микроорганизми.

Кога да се мият ръцете?

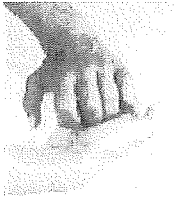
1. преди започване на работа
2. между различните работни процеси
3. след почивките
4. при очевидно замърсяване
5. след посещение в тоалетната
6. след контакт с носа



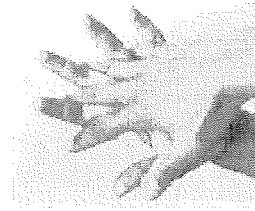
Техника на миене на ръцете:

Проблемни зони при миене ръцете

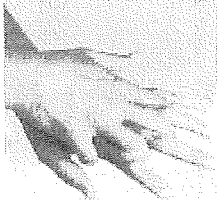
1. Намокрете ръцете до лакътя
2. сапунисайте ги с течен сапун от дозатора
3. мийте ги в продължение на една минута.
4. Не забравяйте местата, където се събират най-много болестотворни микроорганизми



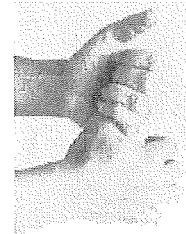
нокътните фаланги и ноктите



междупръстните пространства и гънките на дланта



обратната страна на пръстите и ръката



палецът

5. Четки за ръце използвайте само

- при силно замърсяване
- най-вече при ноктите на ръцете и нокътните кожички

6. Изплакнете добре!

- Болестотворните микроорганизми се отстраняват с вода.
- Недоизмитият сапун може да причини дългосрочни увреждания на кожата.
- Посока на изплакването: от лактите към пръстите.

7. Подсушаване с кърпи (от хартия или от текстил) за еднократна употреба!

- Внимание! Избягвайте сешуарите за ръце поради опасност от разпространение на болестни микроорганизми по въздушен път!
- Спирайте чешмата винаги с хартиена кърпа!

8. Грижа за кожата

- Използвайте хидратантни кремове за ръце!
- Дори и най-малките напуквания на кожата са евентуални места за събиране на болестотворни микроорганизми.
- Занемарената кожа не може да се дезинфектира добре.

Хигиена на околната среда

- ежедневно почистване на арматурите и мивките

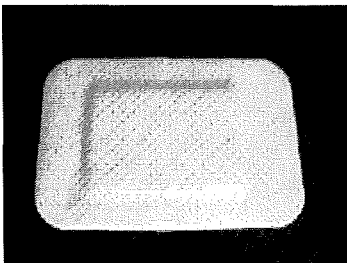
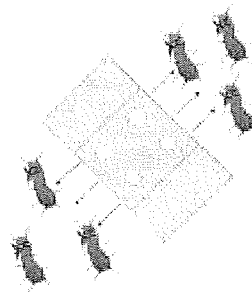
Дезинфекция

- Ръцете се дезинфектират след като се измият - първо трябва да се отстранят хранителни остатъци по тях. Дезинфекцията действа напълно, след като ръцете се измият добре!

- Основни действащи вещества при дезинфекционните средства: спирт (не причинява алергии)!
- Да се употребяват дезинфекционните средства от листата на VАН.

Дезинфекционен процес

1. Подсушете основно ръцете!
2. Изсипете около 3 мл спирт за ръце в дланите!
3. Разтъркайте добре (Внимание: Разтъркайте проблемните зони както при миенето на ръцете!)
4. Време за въздействие: най-малко 30 секунди (търкане до окончателното изпарение на спирта). Внимание: Дезинфекционните препарати за ръце не са подходящи за дезинфекция на повърхности.



1. Облепете раната добре
2. Ползвайте водо-, и бактериалнонепропусклив анкерпласт
3. Да не се отрязва лепенката от лентата поради опасност от инфекция. Използвайте лепенки, облепващи от всички страни .
4. Ако раните не могат да бъдат добре облепени, ползвайте допълнително напръстник или ръкавици за еднократна употреба.

В личната сфера: Опитайте се да намалите опасността от нараняване и замърсяване! Носете защитни ръкавици при груби работи, напр. работа в градината.

Вие носите отговорност за здравето на Вашите клиенти, поради това хигиената на ръцете е въпрос от първостепенно значение!