



## الوقاية من التهاب الكبد الوبائي (أ) والسيطرة عليه

التهاب الكبد الوبائي (أ) عدو يسبب بها فيروس شديد العدوى، ينتقل فيروس التهاب الكبد الوبائي (أ) عادة عن طريق البراز وعن طريق الفم، إما من خلال التعامل المباشر بين شخصين، أو باستهلاك طعام أو ماء ملوث. يمكن أن تحدث العدوى عند عدم غسل الأشخاص المصاين بالعدوى لأيديهم بشكل ملائم بعد استخدام المرحاض ومن ثم ملامسة الأغراض الأخرى أو المأكولات. ينبغي تنظيف الأسطح التي يتكرر لمسها وتعقيمها باستمرار.

- أدوات الترفيه
- مقابض الأبواب
- الرايدين
- لوحات مفاتيح الكمبيوتر
- الكراسي المتحركة والمشياطات
- أسطح المطبخ
- الهواتف
- الطاولات والكراسي
- أسطح غرفة المرحاض
- ألواح مفاتيح الإضاءة
- المقاعد المرتفعة

### المطهرات الفعالة

**مبيض الكلورين:** امزج واستخدم محلول الكلورين خلال 20 دقيقة.  
اسمح بمرور دقيقة واحدة من زمن التلامس ثم اشطف بالماء.

٥٠٠ جزء لكل مليون: كوب ٢/٣ من الكوب مبيض في غالون من الماء. استخدمه لستانلس ستيل، عناصر ملامسة الطعام/الفم، الأرضيات والمبلطة، الأسطح غير المسامية، المناضد، المغاسل والمراحيض.

#### المطهرات الأخرى:

يمكن اعتماد مطهرات أخرى للاستخدام إذا كانت فعالة في مقاومة فيروس التهاب الكبد الوبائي (أ). وينبغي الإشارة إلى ذلك بوضوح في أوراق المواصفات أو ملصقات المنتج.

**ملاحظة:** معظم مطهرات الأمونيوم الرباعية غير فعالة في مواجهة التهاب الكبد الوبائي (أ). ويمكن استخدامها فقط في حال كان ذكرًا على ملصقها أو أوراق مواصفاتها بوضوح أنها فعالة في مواجهة التهاب الكبد الوبائي (أ).

### أساليب تنظيف محددة

#### ارتد قفازات واحم ملابسك

#### ▪ الأسطح الصلبة

- طهر السطح باستخدام مبيض أو مطهر معتمد آخر مع التأكد من لا يقل وقت التلامس بين المبيض والسطح عن دقيقة واحدة. إذا كان السطح في منطقة إعداد طعام، تأكد من شطفه بالماء بعد ذلك.

#### ▪ الأسطح القابلة للتآكل أو التلف بسبب المبيض

- استخدم منتجات مسجلة فعالة في مواجهة التهاب الكبد الوبائي (أ).



### خطوات تنظيف ما ينسكب من قيء أو براز

- استخدم معدات حماية شخصية مثل القفازات والأقنعة والأردية.
- اعزل المنطقة فوراً.
- نظر الأوساخ المرئية باستخدام مادة ماصة مستهلكة (مثل الغوفط الورقية أو نوع آخر من الغوفط القماشية المستهلكة) وحدّ من الهباء المنتشر.
- تخلص من الأغراض الملوثة بحرص في كيس بلاستيكي متين.
- نظر المنطقة المتأثرة جيداً.
- طهر المنطقة والأغراض المحاطة بالتلوث بمطهر مناسب فعال في مواجهة التهاب الكبد الوبائي (أ). انظر المرريع إلى اليسار "المطهرات الفعالة" للاطلاع على محاليل التطهير بنسبة ٥٠٠ جزء لكل مليون.
- ازّع القفازات والرداء والقناع، بهذا الترتيب، وتخلص منهم قبل مغادرة منطقة التطهير الملوثة.
- ضع أدوات الحماية الشخصية في كيس بلاستيكي متين.
- ارتد قفازات مجددًا وافقل الكيس إلى حاوية نفايات آمنة، ولا تسمح للكيس بلامسة الملابس.
- اغسل يديك دائمًا بعد التعامل مع أي مادة أو نفاية ملوثة.

### المعاملة الملائمة

- استخدم المواد الكيميائية في مناطق جيدة التهوية.
- تفاد التلامس بين المواد الكيميائية غير المتفاقة.
- امنع تلامس المادة الكيميائية مع الطعام أثناء التنظيف.
- أمسك بالمادة الملوثة بأقل قدر ممكن وباقل إثارة ممكنة للهباء.
- أذر النفايات بشكل آمن وتخلص منها في حاوية نفايات محكمة.

## منع انتشار المرض

- ✓ ينبغي على كل موظفي الأطعمة ممارسة غسل اليدين بشكل جاد والحفاظ على نظافة شخصية جيدة (انظر أدناه للاطلاع على إجراءات غسل اليدين).
- ✓ استخدم أدوات مائدة أو قفازات لتقديم ملامسة اليدين العاريتين للأطعمة الجاهزة.
- ✓ ظهر جيداً وباستمرار المنشأة ومناطق الطعام باستخدام الإرشادات التوجيهية على ظهر هذه الورقة.

## غسل اليدين

- ✓ ينبغي على موظفي الأطعمة غسل أيديهم وأذر عهم جيداً بالصابون والماء دافئ لمدة 20 ثانية على الأقل، وثم التغسيل جيداً بمياه جارية نظيفة ، وتجفيف أيديهم وأذر عهم بشكل ملائم.
- ✓ تأكّد من وضع علامات غسل اليدين في المواقع الملائمة.

### يقوم الموظفون بغسل أيديهم في كل الحالات التالية:

- مباشرة قبل المشاركة في تحضير الأطعمة، بما في ذلك العمل مع الأطعمة غير المغلفة، والمعدات وأدوات المائدة النظيفة، وحاويات الطعام وأدوات المائدة غير الملوثة والمخصصة للاستخدام مرة واحدة.
- بعد ملامسة أجزاء الجسم البشري العارية غير الأيدي النظيفة والمناطق النظيفة المكتشوفة من الأذرع.
- بعد استخدام المرحاض.
- بعد الاعتناء او لمس بأي حيوان من الحيوانات التي يسمح بدخولها إلى منشأة الطعام.
- بعد السعال، العطس، استخدام حمرمة أو منديل، استخدام التبغ، تناول الطعام أو الشراب.
- بعد الامساك بمعدات أو أدوات مائدة متخصصة.
- قبل ارتداء قفازات مستهلكة ليد العمل على الطعام.
- أثناء تحضير الطعام، وبالتالي اللازم للتخلص من الأوساخ والتلوث، عند تغيير المهام لمنع انتقال التلوث.
- عند الانتقال من العمل مع الأطعمة الغير مطبخة إلى العمل مع الطعام الجاهز للأكل.
- قبل صرف أو تقديم الطعام، أو الامساك بأدوات مائدة نظيفة وتقديم أدوات المائدة في منطقة خدمة الطعام.
- بعد المشاركة في أنشطة أخرى تلوث اليدين..

## الإرشادات التوجيهية لصحة الموظفين

ينبغي أن يكون كل موظفي الأطعمة على دراية بالعلاقة بين الصحة الشخصية والنظافة الشخصية وسلامة الطعام. يمكن العثور على المعلومات حول هذا الموضوع في قانون مأكولات التجزئة في كاليفورنيا، الفصل 3 البند 3 – صحة الموظف (California Retail Food Code, Chapter 3 Article 3 – Employee Health).

### يتحمل الموظفون مسؤولية إبلاغ الشخص المسؤول

- أبلغ الشخص المسؤول في حال تم تشخيص إصاتك بعذوى التهاب الكبد الوبائي (أ). كن على علم أيضاً أن الموظفين مطالبون بالإبلاغ عن التالي: السالمونيلا، الشигيلا، الإيكولاي المسببة لنزف الأمعاء أو المنتجة لسم الشigua، فيروس التورو، والأنتمانيا المتحولة.
- تذكر، ينبغي عليك عدم العمل على الطعام أو أدوات المائدة إذا كنت مصاباً بأمراض معوية حادة. المرض المعدى المعوي الحاد هو الإسهال، إما بمفرده أو بمحاصبة القيء، الحمى، أو تشنجات البطن.

### يتحمل الشخص المسؤول مسؤولية الوفاء بالمتطلبات التالية

- الإبلاغ إلى مقاطعة سان دييغو - دائرة الصحة البيئية، في حال تشخيص إصابة موظف بالتهاب الكبد الوبائي (أ). اتصل على 858-505-6814 (858). تذكر أن لا بد أيضاً من الإبلاغ عن الأمراض التالية: السالمونيلا، الشигيلا، الإيكولاي المسببة لنزف الأمعاء أو المنتجة لسم الشigua، فيروس التورو، والأنتمانيا المتحولة.

- الإبلاغ إلى دائرة الصحة البيئية في حال إصابة شخصين أو أكثر بمرض معدي معوي؛ اتصل على 858-505-6814 (858). المرض المعدى المعوي الحاد هو الإسهال، إما بمفرده أو بمحاصبة القيء، الحمى، أو تشنجات البطن.

- استثناء موظف طعام من منشأة الطعام في حال تشخيص إصابته بالسالمونيلا، التهاب الكبد الوبائي (أ)، فيروس التورو، الشигيلا، الإيكولاي المسببة لنزف الأمعاء أو المنتجة لسم الشigua، أو الأنتمانيا المتحولة. فقط دائرة الصحة البيئية في مقاطعة سان دييغو أو وكالة الصحة والخدمات البشرية تتمكن أن تسمح بعودة موظف مستثنى إلى العمل.

- حد موظف طعام في العمل على الطعام المكتشوف، الأدوات النظيفة، المفارش النظيفة، أدوات المائدة النظيفة وعناصر الخدمة المستهلكة غير المغلفة في حال كان موظف الطعام يعاني من أمراض مرض معدي معوي حاد أو يختبر سعالاً أو عطساً أو سيلان أنف مستمررين. يمكن للشخص المسؤول رفع هذه القيود عندما يصرح موظف الطعام أنه لم يعد مصاباً بأعراض المرض.