County of San Diego Department of Environmental Health 5500 Overland Ave. #170 San Diego, CA 92123 858-505-6814

Para sa karagdagang impormasyon sa Hepatitis A o para i-ulat ang mga indibiduwal na nagsusuka, may diarrhea (nagtatae) o lagnat na may kaugnayan sa nakain, makipag-ugnayan sa:

Email: epidemiology.fhd@sdcounty.ca.gov
Telepono: (858) 505-6814
Website: www.sdcdeh.org

PAG-IWAS AT PAGKONTROL SA IMPEKSYON NG HEPATITIS A

Ang Hepatitis A ay isang impeksyon sa atay na sanhi ng virus na Hepatitis A. Lubos na nakakahawa, ang virus na Hepatitis A ay karaniwang inililipat sa pamamagitan ng dumi na napapapunta sa bibig, sa pagkontak sa mga tao nang personal o pagkain ng nahawahan na pagkain o tubig. Ang kontaminasyon ay maaaring maganap kapag ang mga nahawahang tao ay hindi naghugas nang mainam ng kanilang mga kamay pagkatapos magpunta sa banyo at tapos ay hinawakan ang iba pang mga bagay o pagkain. Ang mga patungan na madalas na nahahawakan ay dapat linisin at i-sanitize nang madalas.

- Mga Ibabaw o Patungan ng Banyo
- Mga Light Switch Plate
- Mga mataas na upuan
- Mga Ibabaw o Patungan sa Kusina
- Mga telepono
- Mga lamesa at upuan
- Mga hawakan ng pinto
- Mga Keyboard ng Computer
- Mga Wheelchair at Walker
- Kagamitan sa Libangan
- Railings or hawakan
- Mga Remote Control

Mabisang Mga Disinfectant

Chlorine Bleach: Haluin at gamitin ang chlorine solution sa loob ng 20 minuto. Hayaan ng 1 minuto na nakalagay ito at tapos ay banlawan ng tubig.

- **5000 ppm:** 1 at 2/3 na tasa ng bleach sa 1 galong tubig.
  Gamitin para sa stainless steel, mga bagay na nadidikit o ginagamit sa pagkain/bibig, mga tile na sahig, walang butas na mga patungan, mga counter, lababo at kubeta.

Iba pang Mga disinfectant:

Ang iba pang mga disinfectant ay maaaring aprubahan para gamitin kung mabisa ang mga ito laban sa Hepatitis A. Ito ay malinaw na nakasaad sa mga specification sheet o etiketa ng produkto.

Tandaan: Ang karamihan sa mga Quaternary Ammonium disinfectants ay hindi mabisa laban sa Hepatits A. Maaari lang silang gamitin kung nakasaad sa mga etiketa ng producto o sa mga specification sheet na mabisa itong panlaban sa Hepatitis A.

Mga Partikular na Pamamaraan sa Paglilinis

Magsuot ng Guwantes at Protektahan ang Inyong Pananamit

- **MgaMatigas na patungan**
  - I-disinfect ang mga patungan gamit ang bleach, o iba pang naaprubahang mga disinfectant at tiyakin ang 1 minutong panahon ng pagkokontak nito sa patungan. Kung ang patungan ay nasa lugar kung saan naghahanda ng pagkain, tiyakin na banlawan ng tubig pagkatapos.
- **Mga surface o patungan na natutunaw o Nasisira ng Bleach**
  - Gumamit ng mga nakarehistrong produktong mabisa laban sa Hepatitis A.

Mga Hakbang kung Paano Linisin ang Mga Nakalat na Suka o Dumi

- Gumamit ng mga personal na kagamitang pamprotekta tulad ng mga guwantes, maskara at gown.
- Harangan kaagad ang area.
- Linisin ang mga nakikitang debris (labing dumi) gamit ang mga disposable na absorbent na materyal (tulad ng mga paper towel o iba pang mga uri ng disposable na tela) at bawasan ang paggamit ng mga aerosol.
- Itapon ang mga narumihang gamit nang maingat sa isang walang butas na plastik na bag.
- Linisin nang mainam ang naapektuhang lugar.
- I-disinfect ang area at mga gamit na pumapalibot sa nakontaminang lugar gamit ang naaangkop na disinfectant na mabisa laban sa Hepatitis A. Basahin ang kahon sa kaliwa "Mga Mabisang Disinfectant" para sa 5000 ppm sanitizing solution.
- Alisin ang guwantes, gown at maskara, ayon sa ganitong pagkakasunod-sunod, at itapon bago umalis sa nilinis na area.
- Ilagay ang tinapon na PPE sa isang walang butas na plastik na bag.
- Muling magsuot ng guwantes at dalhin ang bag sa isang saradong basurahan; huwag pahintulutan na madikit ang bag sa damit.
- Parating hugasan ang inyong mga kamay makalipas na humawah o magdala ng anumang nakontaminang materyal, basura o labi.

Mainam na Pagdadala

- Gumamit ng mga kemikal sa mga lugar na maayos ang bentilasyon.
- Iwasan maipagdikit ang mga di katugmang mga kemikal.
- Iwasan ang pagkakatilamsik o pagdikit ng mga kemikal sa pagkain habang naglilinis.
- Hangga't maaari ay iwasan ang pagdadala ng mga nakontaminang materyal at hindi ito masyadong kalugin upang maiwasan ang mga aerosol.
- Pamahalaan ang basura sa ligtas na paraan at itapon sa isang saradong basurahan.

Pag-iwas sa Pagkalat ng Sakit

- ✓ **Ang lahat ng mga empleyado na may kinalaman sa pagkain ay dapat ugaliin ang parating paghuhugas ng kamay at magandang personal hygiene (basahin sa ibaba para sa mga pamamaraan sa paghuhugas ng kamay).**
- ✓ **Gumamit ng mga kubyertos o guwantes para maalis ang gawi na kamay mismo ang humahawak sa mga ready to eat na pagkain.**
- ✓ **Mainam at patuloy na i-disinfect ang pasilidad at lugar ng pakain gamit ang mga patnubay sa kabilang panig ng dokumentong ito.**

Paghuhugas ng Kamay

- ✓ **Ang mga empleyado na may kinalaman sa pagkain ay dapat maghugas ng kanilang mga kamay hanggang braso gamit ang sabon at tubig ng kahit man lang 20 segundo; banlawan gamit ang malinis na dumadaloy na tubig at maayos na patuyuin ang kanilang mga kamay at braso.**
- ✓ **Tiyakin na ang mga karatula tungkol sa paghuhugas ng kamay at nakapaskil sa mga naaangkop na lokasyon.**

Dapat hugasan ng mga empleyado ang kanilang mga kamay sa lahat ng mga binabanggit sa ibaba na pagkakataon:

- Agad makalipas na maghanda ng mga pagkain, kasama na ang pagtatrabaho sa mga di nakapaketeng na pagkain, paglilinis ng mga kagamitain at kubyertos, at hindi nakabalot na single use na lalagyan ng pagkain at kubyertos.
- Makalipas na hawakan ang mga parte mismo ng katawan maliban sa mga malilinis na kamay at malilinis at lantad na bahagi ng braso.
- Makalipas na gamitin ang banyo.
- Makalipas na mag-alaga, o paghawak ng anumang hayop na pinapahintulutan sa isang pasilidad para sa pagkain.
- Makalipas na umubo, bumahin, gumamit ng panyo o mga disposable na tisyu, paggamit ng tabako o sigarilyo, pagkain at pag-inom.
- Makalipas na humawak sa mga nadumihan na kagamitain at kubyertos.
- Bago ilagay ang mga disposable na guwantes para makapagsimulang magtrabaho na kinabibilangan ng pagkain.
- Habang naghahanda ng pagkain, hangga't maaari ay madalas tulad nang kinakailangan, para alisin ang dumi at mga kontaminasyon; at kapag nagpapalit ng mga gawain para maiwasan ang cross contamination.
- Bago lumipat sa pagtatrabaho sa mga hilaw na pagkain at pagtrabaho sa ready-to-eat na pagkain.
- Bago ihain o ibigay ang pagkain, paghawak ng mga malinis na kagamitain sa hapag kainan at pagsisilbi ng mga kubyertos sa lugar kung saan nagsisilbi ng pagkain.
- Makalipas na sumali sa ibang mga aktibidad na maaaring makontamina ang mga kamay.

Mga Patnubay Pangkalusugan sa Empleyado

Ang lahat ng mga empleyado na may kinalaman sa pagkain ay dapat may kaalaman sa ugnayan sa pagitan ng personal na kalusugan, hygiene at kaligtasan sa pagkain.

Ang impormasyon tungkol sa pagksang ito ay matatagpuan sa California Retail Food Code, Chapter 3 Article 3 – Employee Health.

Ang Mga Empleyado ay May Pananagutan sa Pag-aabiso sa Taong Namamahala

- Ipagbigay sa Taong Namamahala kung kayo ay na-diagnose na may impeksyon ng Hepatitis A. Ipinagbibigay-alam na ang mga empleyado ay kailangan rin i-ulat ang mga sumusunod: Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic o shiga toxin-producing E. coli, Norovirus, at Entamoeba histolytica.
- Tandaan, na hindi kayo dapat magtrabaho na may kinalaman sa pagkain o mga kubyertos kung may sakit kayo ng acute gastrointestinal na karamdaman.
  Ang Acute gastrointestinal illness ay diarrhea o pagtatae, na minsan ay kasamang pagsusuka, lagnat o mga pananakit ng puson o tiyan.

Ang Taong Namamahala ay May Responsibilidad sa Pagtutugon sa Mga Sumusunod na Kahilingan

- **I-ULAT** sa County of San Diego - Department of Environmental Health (DEH) kapag ang empleyado ay na-diagnose na may Hepatitis A. **Call (858) 505-6814**. Tandaan na ang mga sumusunod na sakit ay kailangan rin i-ulat> Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic o shiga toxin-producing E. coli, Norovirus, at Entamoeba histolytica.
- **I-ULAT** sa DEH kung **may dalawa o higit pang mga tao** ang may sakit ng acute gastrointestinal illness; **tumawag sa (858) 505-6814. Ang Acute gastrointestinal illness ay diarrhea o pagtatae, na minsan ay kasamang pagsusuka, lagnat o mga pananakit ng puson o tiyan.**
- **DI ISALI** ang isang empleyado na nagtatrabaho na pasilidad ng pagkain kung na-diagnose na may Salmonella, Hepatitis A, Norovirus, Shigella, Enterohemorrhagic or shiga toxin producing E. coli, o Entamoeba histolytica. Ang County of San Diego DEH o Health and Human Services Agency lamang ang makakapagdesisyon kung maisasali ang isang empleyado na bumalik sa trabaho.
- **BAWALAN** ang isang empleyado sa pagkain mula sa pagtatrabaho sa isang nalantas na pagkain, malinis na kagamitain, malinis na mga linen, malinis na mga kubyertos at hindi nakabalot na single service na mga gamit kung ang empleyado ay mayroon mga sintomas para sa acute gastrointestinal na sakit o nakakaranas ng patuloy na pag-ubo, pagbahin, o mga lumalabas mula sa ilong. Ang mga pagbabawal ay maaalis ng Taong Namamahala kapag ipinahiwatig ng empleyado na wala na silang mga sintomas ng sakit.