

Để biết thêm thông tin về vi khuẩn Shigella hoặc báo tin người bị nôn, tiêu chảy hoặc sốt liên quan đến thực phẩm, vui lòng liên hệ:  
 Email: [fhdepi@sdcounty.ca.gov](mailto:fhdepi@sdcounty.ca.gov)  
 Điện thoại: (858) 505-6814  
 Trang web: [www.sdcdehq.org](http://www.sdcdehq.org)



## PHÒNG CHỐNG & KIỂM SOÁT NHIỄM KHUẨN SHIGELLA

Việc nhiễm khuẩn shigella thường xảy ra trực tiếp hoặc gián tiếp do nhiễm khuẩn đường ruột. Hầu hết việc truyền nhiễm khuẩn Shigella đều là qua phân hoặc các ngón tay dính đất của người bị nhiễm khuẩn sang người khác qua tiếp xúc trực tiếp hoặc do sử dụng thực phẩm bị nhiễm khuẩn từ người xử lý thực phẩm bị nhiễm khuẩn người mà có thể có hoặc không có triệu chứng. Vì mọi người có thể bị nhiễm khuẩn mà không có triệu chứng, nên vô tình đến nơi làm việc và gieo rắc vi khuẩn.

Phương pháp tránh bệnh do nhiễm khuẩn, virus và/hoặc ký sinh trùng vào thực phẩm quan trọng nhất là tất cả những người chế biến thực phẩm phải rửa tay thường xuyên và thực hiện theo hướng dẫn dưới đây.

### Rửa tay

Nhân viên thực phẩm phải rửa tay và cánh tay kỹ bằng xà phòng và nước ấm tối thiểu 10 đến 15 giây; rửa kỹ dưới vòi nước mở, sau đó lau khô tay và cánh tay. Nhân viên phải đặc biệt chú ý đến những khu vực dưới móng tay và các kẽ ngón tay.

Đảm bảo niêm yết biển báo rửa tay ở những địa điểm phù hợp.

#### Nhân viên phải rửa tay ở **tất cả** những trường hợp sau (và các trường hợp khác):

- Sau khi chạm vào mặt, hoặc các vùng da trần khác bao gồm vết cắt hoặc vết đau và sau khi chạm vào tóc.
- Sau khi sử dụng nhà vệ sinh.
- Sau khi lau dọn nhà vệ sinh.
- Sau khi chạm vào động vật.
- Sau khi ho, hắt hơi, sử dụng khăn tay hoặc khăn giấy dùng một lần.
- Sau khi sử dụng thuốc lá, hoặc ăn uống.
- Sau khi xử lý thiết bị hoặc đồ dùng bẩn.
- Ngay trước khi tham gia chế biến thực phẩm, bao gồm việc sử dụng thực phẩm không đóng gói sẵn, thiết bị và dụng cụ sạch, dụng cụ và hộp đựng thực phẩm dùng một lần không bao gói.
- Trong quá trình chế biến thực phẩm, vệ sinh bụi bẩn và ô nhiễm thường xuyên nếu cần thiết.
- Trước khi thay công việc để phòng ngừa lây nhiễm chéo.
- Khi chuyển đổi giữa chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín.
- Sau khi thu dọn và xả rác.
- Sau khi chạm vào quần áo bẩn, khăn lau bẩn, v.v...
- Trước khi đeo găng tay dùng một lần để bắt đầu chế biến thực phẩm.
- Trước khi pha chế hoặc phục vụ thực phẩm hoặc khi cầm bộ đồ ăn và dụng cụ phục vụ sạch ở khu vực phục vụ thực phẩm.
- Sau khi tham gia các hoạt động làm cho tay bị bẩn.

### Phòng Ngừa Lan Truyền Bệnh Tật

- Toàn bộ nhân viên ngành thực phẩm phải siêng rửa tay và giữ gìn vệ sinh cá nhân tốt (xem trên trang sau).
- Sử dụng dụng cụ hoặc găng tay để tránh tiếp xúc tay trần với thực phẩm chín. Tránh tiếp xúc tay trần với thực phẩm chín tối thiểu hai tuần sau khi khỏi bệnh.
- Thường xuyên vệ sinh, khử trùng cơ sở và khu vực thực phẩm theo hướng dẫn (xem trên trang sau).
- Nhân viên chế biến thực phẩm không được chế biến thực phẩm, sử dụng đồ dùng, thiết bị tối thiểu 48 giờ sau khi hết triệu chứng.

## Phương Pháp Vệ Sinh

### Vệ Sinh Dịch Tiêu Chảy, Nôn hoặc Phân:

1. Sử dụng thiết bị bảo hộ cá nhân (PPE), như găng tay, khẩu trang, và áo choàng để tự bảo vệ bản thân và quần áo của quý vị khỏi bị nhiễm bẩn.
2. Lập tức phong tỏa khu vực.
3. Vệ sinh chất thải hữu hình bằng việc sử dụng chất liệu thấm hút dùng một lần (khăn giấy hoặc vải dùng một lần) và giảm thiểu khí dung (giọt bắn).
4. Bỏ đồ bị vấy bẩn cẩn thận vào túi nhựa kín không thấm.
5. Tùy nghi vệ sinh, khử trùng khu vực và đồ vật quanh khu vực nhiễm bẩn bằng chất khử trùng phù hợp.
6. Lần lượt cởi găng tay, áo choàng và khẩu trang, sau đó bỏ các vật dụng này trước khi ra khỏi khu vực nhiễm bẩn đã được vệ sinh cẩn thận.
7. Bỏ PPE đã sử dụng vào túi nhựa không thấm nước.
8. Đeo găng tay khác và bỏ túi này vào thùng rác an toàn; tránh để túi chạm vào quần áo của quý vị.
9. Luôn luôn rửa tay sau khi xử lý rác hoặc các chất liệu nhiễm bẩn.

### Khử Trùng Đồ Dùng & Thiết Bị

- Ghi chú: Bề mặt tiếp xúc thực phẩm của thiết bị và đồ dùng đa năng phải được vệ sinh trước khi tiến hành khử trùng.
- Sử dụng một trong những dung dịch sau:
  - 1) Tiếp xúc với dung dịch chứa clo nồng độ 100 ppm trong tối thiểu 30 giây.
  - 2) Tiếp xúc với dung dịch chứa iốt nồng độ 25 ppm trong tối thiểu một phút.
  - 3) Tiếp xúc với dung dịch chứa cation amoni bậc bốn nồng độ 200 ppm trong tối thiểu một phút.
  - 4) Tiếp xúc các chất hóa học khử trùng đáp ứng quy định trong Mục 180.940 của Tiêu đề 40 của Bộ Luật Quy Định Liên Bang khi sử dụng theo hướng dẫn sử dụng của nhà sản xuất.

### Các Cách Khác để Ngăn Ngừa Khuẩn Shigella khỏi Bếp

- Đảm bảo thực phẩm được rửa sạch trước khi sử dụng.
- Vệ sinh, khử trùng các bề mặt tiếp xúc với thực phẩm.
- Đề phòng ruồi nhặng bay vào cơ sở.
- Đóng cơ sở khi có mùi bốc lên từ cống thoát thải. Sau khi sửa xong và các bề mặt đã được vệ sinh, khử trùng, quý vị có thể trở lại với các hoạt động nhà bếp thông thường.
- Đảm bảo các thiết bị ngăn dòng chảy ngược đã được sửa và hoạt động tốt.

## Hướng Dẫn về Vệ Sinh An Toàn cho Nhân Viên

Tất cả các nhân viên chế biến thực phẩm phải hiểu mối quan hệ giữa vệ sinh an toàn cá nhân và an toàn thực phẩm. Có thể tìm thêm thông tin về chủ đề này trong Bộ Luật Thực Phẩm Trực Tiếp Người Tiêu Dùng của California, Chương 3 Điều 3 - Vệ Sinh An Toàn của Nhân Viên.

### Nhân Viên Có Trách Nhiệm Thông Báo với Người Phụ Trách

- Thông báo Người Phụ Trách (PIC) nếu quý vị bị chẩn đoán nhiễm khuẩn Shigella. Xin lưu ý là nhân viên cũng phải báo cáo những điều sau: Khuẩn Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic hoặc độc tố shiga sản sinh khuẩn E. coli, Viêm gan A hoặc Entamoeba histolytica (trùng kiết lỵ). Nhớ là quý vị không được chế biến thực phẩm hoặc sử dụng dụng cụ khi quý vị bị bệnh đường tiêu hóa, đặc biệt là tiêu chảy, đau quặn bụng, sốt và nôn.

### Người Phụ Trách Có Trách Nhiệm Tuân Thủ Các Quy Định Sau

- **Báo cáo** Sở Quản Lý Chất Lượng Môi Trường - Quận San Diego khi nhân viên chế biến thực phẩm bị chẩn đoán nhiễm khuẩn Shigella; bằng việc liên hệ số điện thoại (858) 505-6814. Nhớ là những bệnh dưới đây cũng phải được báo cáo: Khuẩn Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic hoặc độc tố shiga sản sinh khuẩn E. coli, Viêm gan A hoặc Entamoeba histolytica (trùng kiết lỵ).
- **Báo cáo** Sở Quản Lý Chất Lượng Môi Trường khi có **hai người trở lên** bị bệnh đường tiêu hóa cấp; bằng việc liên hệ số điện thoại (858) 505-6814. Bệnh đường tiêu hóa cấp là bệnh tiêu chảy, gồm hoặc là tiêu chảy không hoặc kèm theo nôn, sốt hoặc đau quặn bụng.
- **Không để** nhân viên chế biến thực phẩm ở cơ sở chế biến thực phẩm nếu có chẩn đoán nhiễm khuẩn Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic, Viêm gan A, hoặc độc tố shiga sản sinh khuẩn E. coli, hoặc Entamoeba histolytica. Chỉ Sở Quản Lý Chất Lượng Môi Trường của Quận San Diego hoặc Cơ Quan Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh có quyền xác nhận để nhân viên nghỉ bệnh do các bệnh nêu trên được quay trở lại làm việc.
- **Hạn chế** nhân viên chế biến thực phẩm tiếp xúc trực tiếp với thực phẩm, thiết bị sạch, khăn bàn/khăn ăn sạch, đồ dùng sạch và các đồ dùng phục vụ một lần không bao gói nếu nhân viên chế biến thực phẩm có những triệu chứng của bệnh đường tiêu hóa cấp hoặc ho, hắt hơi hoặc chảy nước mũi dai dẳng. Người Phụ Trách có thể hủy bỏ các quy định hạn chế khi nhân viên chế biến thực phẩm cho biết họ không còn có các triệu chứng bệnh.