คำแนะนำสำหรับสถานประกอบการร้านอาหาร
ในสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (COVID-๑๙)

****

สถานประกอบการร้านอาหาร เป็นสถานที่ที่มีคนมาจากหลายพื้นที่ และมีความเสี่ยงการปนเปื้อนเชื้อโรคทั้งจากการใช้ภาชนะ อุปกรณ์ เช่น จาน ชาม ช้อน แก้วน้ำร่วมกัน หรือจากการปรุงประกอบอาหาร ดังนั้น จึงควรมีการดูแลเพื่อลดและป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค ดังนี้

๑. คำแนะนำสำหรับผู้ประกอบการร้านอาหาร (เจ้าของ / ผู้จัดการร้านอาหาร)

๑) ผู้ประกอบการควรให้ความรู้ คำแนะนำ หรือจัดหาสื่อประชาสัมพันธ์การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโรคกับพนักงานในร้านอาหาร เช่น โปสเตอร์กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ การล้างมือที่ถูกวิธี และการสวมใส่หน้ากากอนามัย เป็นต้น

๒) จัดหาสบู่ เจลล้างมือแอลกอฮอล์ หรือจัดสถานที่สำหรับล้างมือ และหน้ากากอนามัย ภายในร้านอาหาร เช่น ประตูทางเข้าห้องสุขา บริเวณเคาเตอร์คิดเงิน เป็นต้น เพื่อให้บริการกับผู้บริโภค รวมถึงพนักงานในร้านอาหาร และรณรงค์ให้ลูกจ้างป้องกันตนเองโดยการล้างมือบ่อยๆ และทุกครั้งที่สัมผัสอุปกรณ์สิ่งของเครื่องใช้ที่มีผู้สัมผัสจำนวนมาก

๓) เพิ่มความตระหนักให้กับพนักงานที่ประกอบอาหาร และพนักงานทำความสะอาด ถึงความเสี่ยงในการปนเปื้อนเชื้อ โดยให้ความสำคัญในการป้องกันตนเอง เช่น การสวมหน้ากากอนามัยและถุงมือขณะปฏิบัติงาน และการดูแลทำความสะอาดสิ่งของที่ใช้งานบ่อยๆ เช่น โต๊ะอาหาร เก้าอี้ อุปกรณ์ที่ใช้ในการประกอบอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้ในการรับประทานอาหาร อุปกรณ์ทำความสะอาดอื่นๆ รวมทั้งห้องน้ำ ด้วยน้ำยาฟอกขาว ๕% โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว ๑ ส่วนต่อน้ำ ๙๙ ส่วน)

๔) ให้สถานประกอบการร้านอาหาร มีมาตรการป้องกันการแพร่เชื้อ ประกอบด้วย การจัดให้มีช้อนกลางส่วนบุคคล มีกระดาษสำหรับเช็ดปากหรือมือ ให้บริการอาหารแก่ลูกค้าแบบจานเดียว ไม่ทานอาหารร่วมกัน และการจัดโต๊ะที่นั่งสำหรับรับประทานอาหาร ควรเว้นระยะห่างระหว่างโต๊ะหรือเก้าอี้นั่งของลูกค้าให้ห่างกันอย่างน้อย ๑.๕ เมตร พร้อมทั้งจัดให้มีการระบายอากาศที่เหมาะสม

๕) บริเวณห้องสุขาต้องสะอาด มีสบู่เหลวสำหรับล้างมือ และจัดให้มีการทำความสะอาดอุปกรณ์ และบริเวณที่มีผู้สัมผัสปริมาณมากอย่างสม่ำเสมอ โดยเน้นบริเวณจุดเสี่ยง เช่น ที่จับประตูห้องน้ำ ที่จับสายฉีดชำระ ที่รองนั่งโถส้วม เป็นต้น ด้วยน้ำผงซักฟอกหรือน้ำยาทำความสะอาด และ ๗๐% แอลกอฮอล์อย่างน้อย ๑ - ๒ ครั้ง / วัน

๖) ล้างภาชนะ อุปกรณ์ตามหลักสุขาภิบาลอาหารด้วยน้ำยาล้างจานให้สะอาด โดยแช่ภาชนะในน้ำร้อน ๘๐ องศา เป็นเวลา ๓๐ วินาที หรือแช่โซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) เข้มข้น ๑๐๐ ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖% ในอัตราส่วนครึ่งช้อนชาต่อน้ำ ๑ ลิตร)

๗) ระมัดระวังการเก็บขยะที่ปนเปื้อนน้ำมูก น้ำลาย เช่น กระดาษชำระที่ผ่านการใช้เช็ดปาก กระดาษชำระในห้องสุขา ควรสวมถุงมือหรือใช้เหล็กคีบด้ามยาวเก็บขยะปนเปื้อนเหล่านี้ ก่อนทิ้งขยะติดเชื้อควรใส่ถุงปิดปากให้มิดชิด และล้างมือทำความสะอาดเพื่อป้องกันการตกค้างของเชื้อโรค

๘) สำหรับสถานประกอบการที่มีลูกจ้างทำงานหนาแน่น ควรจัดให้มีการตรวจคัดกรองลูกจ้างทุกคนก่อนเข้าทำงาน หากลูกจ้างป่วย ควรพิจารณาให้หยุดรักษาตัวที่บ้าน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคในสถานประกอบการ และหากมีอาการป่วยรุนแรงควรรีบไปพบแพทย์

๙) ควรเปิดให้บริการจำหน่ายอาหาร เฉพาะนำกลับไปบริโภคที่บ้าน เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรค

๑๐) ในระหว่างการจำหน่ายอาหาร ผู้สัมผัสอาหารควรเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ - ๒ เมตร

/-๒-

๒. คำแนะนำสำหรับผู้สัมผัสอาหาร ได้แก่ บุคคลที่เกี่ยวข้องกับอาหารตั้งแต่กระบวนการเตรียมอาหารปรุง-ประกอบอาหาร จำหน่ายอาหาร รวมถึงการล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์

๑) หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้หยุดปฏิบัติงานและไปพบแพทย์ทันที

๒) ล้างมืออย่างสม่ำเสมอด้วยน้ำและสบู่ ตั้งแต่เริ่มเข้าทำงาน ก่อนการเตรียมอาหาร ระหว่างและหลังปรุงอาหารเสร็จ หลังจับขยะ เศษอาหาร หลังทำความสะอาด หลังเข้าส้วม จับเงิน หลังสูบบุหรี่ และสวมใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าระหว่างปฏิบัติงานสวมผ้ากันเปื้อน และถุงมือในขณะให้บริการด้านอาหาร

๓) ไม่เตรียมปรุงประกอบอาหาร รวมถึงการล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์บริเวณพื้น

๔) ปรุงอาหารประเภทเนื้อสัตว์ให้สุกด้วยความร้อนไม่น้อยกว่า ๗๐ องศาเซลเซียส ไม่สัมผัสอาหารสดประเภทเนื้อสัตว์ เครื่องในสัตว์โดยตรง จัดให้มีคีมคีบเนื้อสัตว์ เพื่อไม่ให้ลูกค้าสัมผัสเนื้อสัตว์โดยตรง และต้องล้างมือด้วยสบู่หลังการสัมผัสเนื้อสัตว์หรือผลิตภัณฑ์จากสัตว์ทุกครั้ง

๕) แยกภาชนะ อุปกรณ์ปรุงประกอบอาหาร เช่น เขียง มีด ระหว่างอาหารสุกและอาหารดิบสำหรับอาหารประเภทเนื้อสัตว์และล้างภาชนะ อุปกรณ์ให้สะอาดตามหลักสุขาภิบาลอาหารด้วยน้ำยาล้างจานให้สะอาด และแช่ใน น้ำร้อน ๘๐ องศาเซลเซียส เป็นเวลา ๓๐ วินาที หรือแช่ด้วยโซเดียมไฮโปคลอไรท์ (น้ำยาฟอกขาว) ที่มีความเข้มข้น ๑๐๐ ส่วนในล้านส่วน (ใช้โซเดียมไฮโปคลอไรท์ ๖ % ในอัตราส่วน ครึ่งช้อนชาต่อน้ำ ๑ ลิตร) ๑ นาที แล้วล้างน้ำให้สะอาด อบ หรือผึ่งให้แห้งก่อนใช้ใส่อาหาร

๖) จัดเมนูอาหารที่ปรุงสุกและสะอาด หลีกเลี่ยงอาหารที่บูดเสียง่าย ไม่ผ่านความร้อน เช่น ซูชิ อาหารที่มีกะทิ ไขมันสูง เป็นต้น ไม่นำอาหารปรุงข้ามวันมาจำหน่าย ควรบรรจุอาหารในภาชนะที่สะอาด ปลอดภัย มีมาตรฐาน มอก. (ไม่ใช้ภาชนะโฟมบรรจุอาหารปรุงสำเร็จพร้อมบริโภค)

๗) อาหารที่ปรุงเสร็จให้วางบนโต๊ะสูงไม่น้อยกว่า ๖๐ เซนติเมตร มีการปกปิดอาหาร ควรวางในที่ร่ม และอุ่นอาหารทุกๆ ๒ ชั่วโมง ใช้อุปกรณ์สำหรับหยิบจับหรือตักอาหาร เช่น ช้อน ที่คีบ เป็นต้น ระมัดระวังไม่ให้ส่วนของด้ามจับตกหล่นหรือสัมผัสกับอาหาร เพราะอาจเกิดการปนเปื้อนของเชื้อโรคได้

๘) ผู้ปรุงประกอบอาหารให้สวมผ้ากันเปื้อน ถุงมือ และสวมใส่หน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าระหว่างปฏิบัติงานตลอดเวลา เพื่อป้องกันการไอ จาม ปนเปื้อนอาหาร

๙) ในระหว่างการจำหน่ายอาหาร ผู้สัมผัสอาหารควรเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ - ๒ เมตร

๓. คำแนะนำสำหรับผู้บริโภค

๑) หากมีอาการเจ็บป่วย เช่น มีไข้ ไอ จาม มีน้ำมูก หรือเหนื่อยหอบ ให้งดใช้บริการ

๒) ล้างมือด้วยน้ำสะอาดและสบู่ หรือใช้เจลแอลกอฮอล์สำหรับทำความสะอาดมือ หลังการซื้ออาหารก่อนรับประทานอาหาร หลังออกจากห้องส้วมทุกครั้ง และหลังจากจับเหรียญหรือธนบัตร

๓) สวมหน้ากากผ้าหรือหน้ากากอนามัย ในขณะเข้าไปในร้านอาหาร

๔) อาหารที่ซื้อควรนำกลับไปรับประทานทันที หลีกเลี่ยงอาหารกลุ่มเสี่ยง เช่น อาหารประเภทเนื้อสัตว์หรือเครื่องในสัตว์ที่ปรุงไม่สุก อาหารที่เน่าเสียง่าย อาหารที่ปรุงด้วยนม กะทิ เป็นต้น หากรับประทานอาหารไม่หมดควรเก็บในตู้เย็นและก่อนการนำมารับประทานครั้งต่อไปควรอุ่นอาหารด้วยความร้อนไม่น้อยกว่า ๖๐ องศาเซลเซียส ขึ้นไป โดยไม่ควรเก็บอาหารไว้นานเกิน ๒ ชั่วโมง

๕) ในระหว่างการซื้ออาหารผู้ประกอบการและผู้บริโภค ควรเว้นระยะห่างระหว่างบุคคลอย่างน้อย ๑ - ๒ เมตร

๖) เลือกร้านที่ปรุงประกอบอาหารสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า และปฏิบัติตามมาตรการป้องกันโรค เพื่อเพิ่มความมั่นใจในการใช้บริการ

****

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครนครศรีธรรมราช
ข้อมูล ณ วันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๓