



Μέτρα πρόληψης μετάδοσης ιογενούς γαστρεντερίτιδας σε χειριστές τροφίμων

Πολλές επιδημίες ιογενούς γαστρεντερίτιδας προκαλούνται όταν άτομα που έχουν συμπτώματα γαστρεντερίτιδας συμμετέχουν στην προετοιμασία φαγητού ή σπανιότερα από την κατανάλωση μολυσμένου τροφίμου.

Τα τρόφιμα μπορεί να μολυνθούν με ιούς, όπως ο νοροϊός όταν:

- τοποθετηθούν σε επιφάνειες ή στον πάγκο της κουζίνας που δεν έχουν καθαριστεί σχολαστικά και έχουν σταγονίδια βιολογικού υλικού (π.χ. εμέτων)
- έρθουν σε απευθείας επαφή με αιωρούμενα σταγονίδια εμέτου
- άτομα με συμπτώματα (διάρροιες, εμετούς) συμμετέχουν στην προετοιμασία φαγητού

Οι χειριστές τροφίμων με ιογενή γαστρεντερίτιδα μπορούν να μεταδώσουν το νόσημα σε άλλα άτομα καθ' όλη τη διάρκεια των συμπτωμάτων τους καθώς και κατά τη διάρκεια των πρώτων ημερών μετά την ανάρρωση.

Οδηγίες για την αποφυγή διασποράς ιογενούς γαστρεντερίτιδας μέσω του χειρισμού τροφίμων

1. Όταν έχουμε συμπτώματα γαστρεντερίτιδας, αποφεύγουμε την προετοιμασία φαγητού που θα σερβιριστεί σε άλλα άτομα

Οι χειριστές τροφίμων θα πρέπει να απέχουν από την εργασία τους όταν έχουν συμπτώματα και για τουλάχιστον 48 ώρες μετά την αποδρομή των συμπτωμάτων. Μετά την επιστροφή τους στην εργασία, είναι σημαντικό να συνεχίσουν να τηρούν αυστηρά τα μέτρα ατομικής υγιεινής, όπως το πλύσιμο των χεριών.

2. Πλένουμε συχνά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό

-μετά τη χρήση της τουαλέτας

-πριν την κατανάλωση, προετοιμασία και χειρισμό φαγητού

Συστήνεται α) η αποφυγή χειρισμού των τροφίμων με γυμνά χέρια, β) η χρήση γαντιών και λαβίδων και γ) πλύσιμο των χεριών πριν και μετά τη χρήση των γαντιών.

3. Πλένουμε τα φρούτα, τα λαχανικά και μαγειρεύουμε επαρκώς τα θαλασσινά

Το επαρκές μαγείρεμα των θαλασσινών και των οστρακοειδών είναι σημαντικό επειδή οι νοροϊοί μπορούν να επιβιώσουν σε θερμοκρασίες έως και 60° C. Το μαγείρεμα σε ατμό - που συχνά χρησιμοποιείται για αυτά τα τρόφιμα- δεν εξουδετερώνει τον ιό.

4. Καθαρίζουμε και απολυμαίνουμε μολυσμένες επιφάνειες με χρήση οικιακής χλωρίνης με αραιώση 1:50 (100 ml χλωρίνης σε 5 lt νερού)

Ενδεικτική βιβλιογραφία

- 1] CDC. Norovirus. Norovirus Fact Sheet for Food Workers. Διαθέσιμο στο: <https://www.cdc.gov/norovirus/downloads/foodhandlers.pdf>
- 2] Hardstaff JL, Clough HE, Lutje V, et al. Foodborne and Food-Handler Norovirus Outbreaks: A Systematic Review. Foodborne Pathog Dis. 2018 Oct;15(10):589-597. doi: 10.1089/fpd.2018.2452. Epub 2018 Aug 15. PMID: 30109958; PMCID: PMC6201779.