

## בט'חות האלון – זה הידיים fe

הידיים הינן חלק הגוף הבא במגע הקרוב והארוך ביותר עם המזון איתו אנו עובדים .  
הידיים אבל משמשות אותנו גם לקינוח האף , הרמת חפצים , ניקוי אשפה , ניקוי עצמי לאחר השירותים ועוד  
פעולות רבות שהמשותף להם היא ההסתברות **לאיסוף בלתי רצוני של לכלוך וחיידקים מהסביבה**

פעולות ניקוי "רגילות" אותן אנו מבצעים כמו השימוש בנייר טואלט , שטיפת ידיים במים , ניגוב במטלית הינן  
לעיתים קרובות סיבה נוספת להגברת הזיהום ולא דווקא להפחתתו .

מחקרים מראים כי ידיי העובדים במזון הינן הגורם מספר אחד בהעברת זיהומים ממקום אחד למשנהו , מכלים  
למזון , מאדם לאדם (כן חיידקים יכולים לעבור גם בלחיצת ידיים !!!) , וחוזר חלילה .

אם כן עלינו לשים דגש מיוחד על היגיינת ידיים נכונה על מנת לשמור על המחסום בין הזיהום , למזון וממנו ללקוח  
גבוה ואיתן ככול האפשר .

חשוב גם לציין כי כפפות אינן המענה הנכון וזאת מסיבות רבות ובמיוחד : הנטייה הטבעית שלנו "לסמוך על  
הכפפות" , יכולת העברת החיידקים מכפפות למזון , יכולת חדירת חיידקים דרך הכפפות לידיים והתרבותם המהירה  
שם , בעיות רפואיות של עובדים עקב לבישת כפפות ועוד – **היגיינת ידיים נכונה תהפוך את השימוש בכפפות  
לבלתי רלוונטי !!!**

**כיצד נשמור על היגיינת ידיים נכונה :**

### **ראשית**

על ידי שמירה על ציפורניים גזורות וקצרות , ללא לאק וללא תכשיטים (החוק מאפשר אך ורק את השימוש בטבעת  
נישואין) וכל זאת כי חשוב לזכור שחיידקים הינם יצורים מיקרוסקופים היכולים להתרבות ולצמוח גם תחת  
הציפורניים ומתחת ללאק השבור .

**שנית על ידי שטיפת ידיים שתבצע :**

לפני תחילת העבודה .  
לאחר כול הפסקה בעבודה לצורך אכילה , שתייה או עישון וכול הפסקה אחרת בה אנו יוצאים מאזור העבודה למשך  
של יותר מ – 15 דקות .  
לאחר השימוש בשירותים .  
לאחר ביצוע עבודות ניקיון או פינוי אשפה או עבודות תחזוקה ופריקת / העמסת מזון גולמי .  
במעבר בין המחלקות השונות בעסק ( מדגים לבשר , מקונדיטוריה לסלטים וכו' )  
לאחר כול עישוש , שיעול , ניקוי אף או גרון באמצעות מגבון נייר  
בכול מקרה בו התלכלכו הידיים מכול סיבה שהיא

### **מהי שטיפת ידיים נכונה :**

יש להרטיב את הידיים עד למרפק ולאחר מכן ליטול סבון ולהקציפו על היד תוך מתן תשומת לב לאזור שבין האצבעות ולציפורניים (במידת הצורך ניתן להשתמש במברשת ציפורניים רכה על מנת לרכך ולהסיר את הלכלוך) . פעולת ההקצפה והניקוי חייבת להימשך בין 20 ל 30 שניות לפחות . לאחר מכן יש לשטוף את הסבון ביסודיות במשך 10 שניות נוספות לפחות . ייבוש הידיים יתבצע אך ורק על ידי מגבות נייר חד פעמיות (מטליות ומגבות בד אוגרות חיידקים ומעבירות אותם לכול משתמש !!!)

בתום ייבוש הידיים מומלץ להשתמש בחומר חיטוי להסרה של יתרת החיידקים מהידיים .

**שמירה על היגיינת ידיים תסייע לכולנו לשמור על בטיחות המזון אותו אנו מוכרים ותשמור על קהל לקוחותינו**