

## Οδηγίες Χειρισμού Τροφίμων κατά την Παρασκευή & Προσφορά τους.



Καλό πλύσιμο χεριών πριν από οποιαδήποτε χειρισμό τροφίμων (από ωμά σε μαγειρεμένα, μετά από φύσημα μύτης ή φτάρνισμα, μετά από χειρισμό σκουπιδιών κτλ)



Χρήση γαντιών μιας χρήσης τα οποία αλλάζονται τακτικά όταν υπάρχουν κοψίματα ή πληγές & κάλυψη των μαλλιών με σκούφο.



Οι χειριστές τροφίμων και οι τραπεζοκόμοι δεν συμμετέχουν στην αλλαγή πάνας των παιδιών ή σε άλλες εργασίες καθαριότητας



Διαθέτουν όλοι οι εργαζόμενοι πιστοποιητικό υγείας.



Προσεκτικός έλεγχος των προϊόντων που χρησιμοποιούνται & αποθήκευσή τους σε καθαρό χώρο ή σε χώρο που διασφαλίζεται η διατήρησή τους (ψυγεία, προθήκες).



Πολύ καλό πλύσιμο των τροφίμων, κυρίως αυτών που θα καταναλωθούν ωμά.



Διατήρηση του μαγειρείου πάντα καθαρό για να αποφεύγονται μύγες & κατσαρίδες. Τοποθέτηση προστατευτικής σίας στα παράθυρα.



Προϊόντα καθαρισμού, εντομοκτόνα, απολυμαντικά κτλ θα πρέπει να φυλάσσονται σε ειδικό χώρο και σε ξεχωριστά ντουλάπια που θα κλειδώνουν.

## Οδηγίες Περιβαλλοντικής Υγιεινής



Καταλληλότητα πόσιμου νερού



Αποδοτική λειτουργία των συστημάτων ύδρευσης - αποχέτευσης



Παρακολούθηση ποιότητας νερού στο υδραυλικό σύστημα των κλιματιστικών μηχανημάτων για την αποφυγή νόσου λεγεωνάριων.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΡΕΘΥΜΝΟΥ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ

Επιστημονική Επιμέλεια Κειμένων  
Τζεμπούλου Ευσταθία - Επισκέπτρια Υγείας

### ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Δ/ση Δημόσιας Υγείας & Κοιν. Μέριμνας  
Π.Ε. Ρεθύμνης | Τηλ: 28313-43307



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ  
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΗ ΕΝΟΤΗΤΑ ΡΕΘΥΜΝΟΥ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ & ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ



“Τα μικρόβια είναι γεγονός  
στην ζωή του παιδιού.”

ΚΑΝΟΝΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ  
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ - ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ  
ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ ΣΤΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΤΩΝ  
ΒΡΕΦΙΚΩΝ, ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΩΝ,  
ΠΑΙΔΙΚΩΝ ΣΤΑΘΜΩΝ



Η συνάθροιση των παιδιών στο χώρο του βρεφονηπιακού ή παιδικού σταθμού μπορεί να δημιουργήσει τις κατάλληλες συνθήκες μετάδοσης **ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ**.

## ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΔΙΑΣΠΟΡΑΣ ΤΩΝ ΠΑΘΟΓΟΝΩΝ

### Βασικές Οδηγίες Ατομικής Υγιεινής Προσωπικού & Παιδιών

- Κάλυψη της μύτης & του στόματος με χαρτομάντιλο σε βήχα ή φτάρνισμα.
- Κατάλληλη περιποίηση & κάλυψη σε κοψίματα & εκδορές.
- Αποφυγή κοινής χρήσης σερβιτσιών φαγητού.
- Υγιεινή των χεριών με καλό πλύσιμο ολόκληρης της επιφάνειας του χεριού & των δακτύλων με καλό στέγνωμα.
- Αντισηψία των χεριών με αλκοολούχο διάλυμα ή τζέλ συστήνεται μόνο, όταν δεν υπάρχει διαθέσιμη παροχή νερού (π.χ. κατά τις εκδρομές) & αν τα χέρια είναι εμφανώς καθαρά.
- Τα αντιβακτηριακά υγρά σαπούνια δεν είναι απαραίτητα να χρησιμοποιούνται, διότι ενδέχεται να αυξάνουν τον κίνδυνο βακτηριακής ανοχής.

Επισημαίνεται ότι η χρήση **ΓΑΝΤΙΩΝ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ** για το προσωπικό **ΔΕΝ ΑΝΤΙΚΑΘΙΣΤΑ** σε καμία περίπτωση το σχολαστικό **ΠΛΥΣΙΜΟ ΧΕΡΙΩΝ**.



## Η μετάδοση των λοιμογόνων γίνεται συνήθως:

- μέσω του Αναπνευστικού Συστήματος.  
π.χ. βήχας, έντονη ομιλία, φτάρνισμα.
- μέσω της Εντεροστοματικής Οδού.  
π.χ. μολυσμένο φαγητό, βρώμικα χέρια.
- μέσω Δερματικής Επαφής.  
π.χ. ανοιχτές πληγές, επαφή με μολυσμένα αντικείμενα.



## Οδηγίες Καθαρισμού & Απολύμανσης των Χώρων

- Συστηματικός & επαρκής αερισμός όλων των χώρων.
- Προσεκτικός & συχνός καθαρισμός λείων επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά. (π.χ. πόμολα, παιχνίδια, έπιπλα, κτλ).
- Σε γενικές γραμμές μπορούν να χρησιμοποιηθούν οικιακής χρήσης απορρυπαντικά & αντισηπτικά για καθαρισμό επιφανειών από εμετό, ούρα ή κόπρανα, ενώ για απολύμανση επιφανειών που έχουν μολυνθεί με αίμα, απαιτείται χρήση κατάλληλου διαλύματος χλωρίνης 1:10 (1 μέρος χλωρίνη 10 μέρη νερό) για τουλάχιστον 30 δευτερόλεπτα & έπειτα σκούπισμα με πανί μιας χρήσης.
- Οι χώροι που αλλάζονται οι πάνες πρέπει να χρησιμοποιούνται αποκλειστικά γι' αυτό το σκοπό, να καθαρίζονται προσεκτικά & να διαθέτουν όλα τα απαραίτητα αναλώσιμα.
- Οι πλαστικές σακούλες των κάδων όταν γεμίζουν να δένονται σφικτά & να απομακρύνονται αμέσως.
- Επιμελής καθαρισμός των αποχωρητηρίων καθημερινά & τακτικά στο διάστημα της ημέρας, θα είναι πάντα εφοδιασμένα με χαρτί τουαλέτας & τα απαραίτητα για πλύσιμο & στέγνωμα των χεριών, ενώ στα παράθυρα θα υπάρχει σίτα προστασίας.