

Persoonlijke hygiëne in de voedingssector

1. Inleiding: belang van persoonlijke hygiëne

Bacteriën vind je overal: ze kunnen mensen, dieren, planten, lucht, water en voedingsmiddelen besmetten. Ze vermenigvuldigen zich daarbij gemakkelijk in een vochtig en warm milieu. Sommige schadelijke bacteriën kunnen zelfs onze gezondheid bedreigen.

Medewerkers in de voedingssector kunnen ongemerkt drager zijn van gevaarlijke kiemen. Deze laatste kunnen aanwezig zijn in neus, keel, darmen, op de huid, ...

Mede door een goede persoonlijke hygiëne kunnen ziekteverwekkende bacteriën uit de werkomgeving geweerd worden.

2. Handhygiëne

⇒ **Propere handen zijn de beste waarborg voor een goede hygiëne.**

- Korte en verzorgde nagels;
- Geen nagellak of kunstnagels;
- Geen juwelen, horloges, ...;
- Wonden moeten altijd afgedekt worden met een aangepast verband (waterdicht, sluitend) of met een handschoen;
- Ontstoken wonden vragen eerst om doktersadvies;
- Geen vingers aflikken.

Wanneer handen wassen?

- Voor begin van het werk;
- Na elke belangrijke werkonderbreking;
- Bij verandering van werктаak;
- Voor en na het aanraken van rauwe, bewerkte producten en bevuilde producten (vb. verse groenten);
- Na reinigen van het keukengerei;
- Na aanraken van afval, vuilnisemmer, telefoontoestel, deurknop, ...;
- Na toiletgebruik;
- Na niezen, snuiten, hoesten;
- Voor en na het verzorgen van wonden;
- Na het dragen van handschoenen.

Eisen aan infrastructuur:

- Een wastafel met drinkbaar, stromend water;
- Deze wastafel is uitsluitend bestemd voor het wassen van de handen;
- De kraan is bij voorkeur zonder handen te bedienen (vb. knie-, elleboog- of voetbediening);
- Zeepdispenser (bij voorkeur bacteriedodende zeep). Ook bij voorkeur met elleboogbediening;
- Nagelborstel beschikbaar (regelmatig ontsmetten en tijdig vervangen);
- Papieren wegwerphanddoekjes genieten de voorkeur;
- Afvallemmer (bij voorkeur pedaalemmer).

Werkwijze handen wassen:

- Bevochtig de handen, polsen en onderarmen onder stromend water;
- Neem een dosis zeep;
- Zeep handen, polsen en onderarmen in;
- Vergeet bij het inzeppen de duimen niet;
- Schrob je nagels;
- Spoel de handen neerwaarts gericht af;
- Droog goed af met papieren handdoekjes;
- Sluit een handbediende kraan altijd met een wegwerphanddoekje.

3. Haarhygiëne

- Bind lange haren samen;
- Gebruik een hoofddeksel dat de haren netjes opbergt;
- Hou baard en snor kort en verzorgd;
- Verzorg je haar.

4. Mond- en neushygiëne

- Gebruik wegwerpzakdoekjes bij niezen en hoesten;
- Nies of hoest niet boven levensmiddelen;
- Plaats je elleboog in plaats van je hand voor de mond bij het hoesten;
- Draag een wegwerpmasker bij een verkoudheid;
- Vermijd je mond en neus (neuspeuteren) aan te raken;
- Zorg voor een goede tandhygiëne.

5. Werkkleding

- Dagelijks propere, goed gesloten werkkleding (afkookbaar, bij voorkeur uit katoen);
- Geschikte werkschoenen (waterdicht, antislipzool), exclusief te gebruiken in de werkomgeving;
- Beschermende kleding (bodywarmers) wordt bij voorkeur gedragen onder de werkkleding;
- Beschermschort bij bevuilende activiteiten (vb. bewerken van vis);

6. Roken

- Absoluut rookverbod

7. Gezondheid en hygiëne

- Neem dagelijks een wasbeurt;
- Raadpleeg steeds een arts bij:
 - Ernstige huidaandoeningen (open wonden, steenpuisten, ...);
 - Aandoeningen van de ademhalingswegen (zware verkoudheden, griep, bronchitis);
 - Stoornissen van het spijsverteringsstelsel (diarree, braken).

Hulp nodig? Mensura staat u graag bij. Bel ons op 02/549.71.00.