

สาระการเรียนรู้ (สอดแทรกด้านคุณธรรม/จริยธรรม/จรรยาบรรณ/บูรณาการเศรษฐกิจพอเพียง)

สุขลักษณะที่ดีของผู้ให้บริการอาหาร

สุขลักษณะของผู้ประกอบอาหารนับว่าเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะอาหารเป็นทางติดต่อของโรคที่สำคัญที่สุด โดยการรับประทานเข้าไป ถ้าผู้ประกอบอาหารทำไม่สะอาด เครื่องมือเครื่องใช้ไม่สะอาด เชื้อโรคก็อาจปนไปกับอาหารได้ อันจะนำมาซึ่งโรคร้ายไข้เจ็บต่าง ๆ ในด้านส่วนตัวผู้ประกอบอาหาร ถ้าร่างกายไม่สะอาดหรือเป็นโรคติดต่ออาหารที่ทำอาจเป็นพาหะทำให้ผู้บริโภคติดโรคนั้นได้ผู้ประกอบอาหารที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับการประกอบอาหารหรือรับผิดชอบต่ออาหาร ควรจะปฏิบัติตนให้ถูกสุขอนามัยเพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภคและตนเอง

ผู้ประกอบอาหารทุกคนควรปฏิบัติดังนี้

1. ผู้ประกอบอาหารต้องไม่เป็นโรคติดต่อ ร่างกายผู้ประกอบอาหารต้องสะอาด ที่สำคัญที่สุด คือมือ ต้องล้างด้วยสบู่บ่อย ๆ ก่อนประกอบอาหารทุกครั้ง รักษาเล็บให้สะอาด และเล็บมือต้องสั้นอยู่เสมอ ไม้ใส่เครื่องประดับ เช่น สร้อยข้อมือ นาฬิกา แหวน ฯลฯ เป็นต้น เมื่อประกอบอาหารและงดสูบบุหรี่ และไม่ถ่มน้ำลายลงบนพื้นในสถานที่ทำอาหาร
2. เครื่องแต่งกายต้องสะอาด ควรมีผ้ากันเปื้อน, ผ้าเช็ดมือติดตัวเสมอ, สวมหมวกคลุมผมทุกครั้ง เพื่อไม่ให้เส้นผมร่วงลงไปในอาหาร และถ้าเป็นผู้ชายให้โกนหนวดเคราเสมอ
3. ขณะประกอบอาหารควรระวังอย่า ไอ จาม พุดหรือหัวเราะรดอาหาร เพราะน้ำลายอาจกระเด็นลงในอาหารทำให้เชื้อโรคแพร่หลายได้ ควรปิดปากอยู่เสมอ
4. เมื่อประกอบอาหารอยู่หน้าเตา ควรมีเครื่องใช้วางข้าง ๆ ให้พร้อม เช่น ช้อนสำหรับชิมอาหาร ผ้าจับหม้อหรือกระทะ และเครื่องปรุงต่าง ๆ ต้องใช้ทัพพีหรือตะหลิวตักอาหาร แล้วใช้ช้อนตักชิมอีกครั้ง
5. เมื่อหั่นหรือสับเนื้อสัตว์เมื่อเสร็จแล้วให้ใช้ทัพพีตักขึ้นออกจากเขียง ห้ามใช้มีดขูดเด็ดขาดเพื่อไม่ให้เชื้อเขียงติดไปกับเนื้อสัตว์
6. เมื่อทำสิ่งใดเปื้อนมือควรล้างและเช็ดมือเสียก่อนและใช้มือจับต้องให้น้อยที่สุด การหั่นเนื้อหรือปอก เศษอาหารควรมีภาชนะรองรับแล้วนำไปทิ้ง และควรทำไปเก็บไป อย่าปล่อยให้สกปรก
7. ขณะประกอบอาหารถ้าใช้มือเกาหรือป้ายตามร่างกายแล้วต้องล้างมือให้สะอาดทุกครั้ง และเมื่อออกจากห้องน้ำห้องส้วม ต้องล้างมือด้วยสบู่ให้สะอาดก่อนจับต้องอาหาร
8. การผสมอาหารเข้าด้วยกันและการจับอาหารหรือจัดอาหารลงถาด ควรใส่ถุงมือ
9. ถุงมือที่รั่วหรือฉีกขาดควรทิ้งไป และในขณะที่ทำงานกับเครื่องจักรประเภทหั่น หรือตักอาหารไม่ควรใช้ถุงมือที่ขาดเพราะอาจเกิดอุบัติเหตุได้ง่าย ถุงมือที่ใช้จับ เนื้อสัตว์ หรือสัตว์ปีกดิบ ควรทิ้งทันทีที่เสร็จงานแล้ว
10. การจับต้อง หรือถือถ้วยแก้ว ไม่ควรจับบริเวณขอบแก้ว หรือบริเวณที่ริมฝีปากสัมผัสแก้ว ควรจับบริเวณก้านหรือขา หรือส่วนล่างสุดของแก้ว

11. การยกงานให้ใช้ฝ่ามือรองกันงาน และนิ้วหัวแม่มือประกบขอบงาน ถ้าเป็นถ้วยกาแฟควรจะยกโดยการจับที่หูจับของถ้วยกาแฟ และช้อน, ส้อมและมีด ควรจะจับเฉพาะ ส่วนที่เป็นด้ามเท่านั้น

12. ถังขยะควรจะมีการขนย้ายออกจากครัว หรือห้องอาหารบ่อย ๆ เพื่อ تهทิ้งและล้างถังขยะเสมอ สัตว์เลี้ยงต่าง ๆ ไม่อนุญาตให้นำเข้ามาในบริเวณที่ประกอบอาหารหรือบริการอาหาร

13. การกำจัดแมลง มีความสำคัญมากสำหรับสุขอนามัยในการประกอบการด้านอาหาร หมั่นทำความสะอาดเครื่องมือและอุปกรณ์ รวมทั้งบริเวณประกอบอาหาร เพื่อขจัดสถานที่แพร่พันธุ์ของแมลงและหนู บริษัทที่รับดำเนินการในการกำจัดแมลงที่ได้รับอนุญาตและได้รับรองจากรัฐบาล ควรจะเข้ามาดำเนินการในด้านนี้ ควรปรึกษากับบริษัทในการใช้ยาฆ่าแมลงและสารเคมีในการกำจัดแมลง ในบริเวณที่เกี่ยวข้องกับอาหารและควรเก็บสารพิษและสารเคมีแยกจากสถานที่เก็บอาหาร หรือเครื่องมือต่าง ๆ

14. ผู้ที่ทำหน้าที่เกี่ยวกับอาหาร ควรจะถูอบรมให้อ่านฉลากของสารเคมีและสารกำจัดแมลงที่ใช้ในสถานที่ทำงานเสมอและไม่ควรใช้เครื่องมือ อุปกรณ์และเครื่องใช้เกี่ยวกับอาหารถูกสารพิษเหล่านั้น

สุขลักษณะและสุขอนามัยที่ดีมีความสำคัญต่อการประกอบอาหาร เพราะถ้าอาหาร เครื่องมือเครื่องใช้หรือร่างกายไม่สะอาดแล้ว อาจทำให้เชื้อโรคปนเปื้อนไปกับอาหาร เมื่อรับประทานเข้าไปมีโอกาสที่เชื้อโรคจะเข้าสู่ร่างกาย ดังนั้นผู้ประกอบการควรคำนึงถึงหลักดังต่อไปนี้

- ความสะอาดของร่างกาย เช่น ความสะอาดของเล็บมือ ผม ผิวหนัง หรือเครื่องแต่งกาย ควรใส่ผ้ากันเปื้อนและ

- สวมหมวกคลุมผมเพื่อป้องกันสิ่งแปลกปลอม เช่น เส้นผมอาจร่วงลงไปในอาหาร รวมทั้งยังเป็นการป้องกันไม่ให้

- เสื้อผ้าเปื้อนหรือมีกลิ่นอาหารติดเสื้อผ้าด้วย

- ความสะอาดของขั้นตอนการผลิต ควรคำนึงถึงความสะอาดในทุกขั้นตอน ตั้งแต่การเลือกวัตถุดิบไปจนถึงอุปกรณ์ที่ใช้

- ความสะอาดของสถานที่ประกอบอาหารพื้นสะอาด ไม่ลื่น ถังขยะมีฝาปิดมิดชิด มีระบบการระบายน้ำที่ดี การถ่ายเทอากาศที่ดี สถานที่เก็บอาหารสดและอาหารแห้ง ปราศจากแมลง หนู แมลงสาบ

สุขนิสัยที่ดีของผู้ประกอบอาหาร ควรมีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนด้านสุขลักษณะและความรู้ในการผลิตอาหารที่สะอาด ตลอดจนการขนส่งถึงผู้บริโภคอย่างถูกต้อง