

Para sa karagdagang impormasyon sa Shigella o upang iulat ang mga indibidwal na nakakaranas ng pagsusuka, pagtatae o lagnat kaugnay sa pagkonsumo ng pagkain, kontakin:
Elektronikong Koreo: fhdepi@sdcounty.ca.gov
Telepono: (858) 505-6814
Website: www.sdcdehq.org



IMPEKSYON SA SHIGELLA PAG-IWAS AT PAGKONTROL

Karaniwang nangyayari ang Shigellosis sa pamamagitan ng direkta o hindi direktang kontaminasyon ng dumi na napupunta sa bibig. Karamihan ng mga impeksyon sa Shigella ay kumakalat sa pamamagitan ng dumi o mga daliri na may dalang dumi ng isang nahawang tao papunta sa isa pang tao sa pamamagitan ng direktang kontak o sa pagkonsumo ng pagkain na kontaminado ng isang taga-proseso ng pagkain na maaaring mayroon o walang mga sintomas. Dahil ang mga tao ay maaaring mahawa na walang anumang sintomas at samakatuwid ay maaaring pumasok sa trabaho na walang malay na naglaladlad ng bakterya.

Ang pinakamahalagang paraan sa pag-iwas sa kontaminasyon ng pagkain ng may biral, bakteryal, at/o parasitikong sakit ay para sa lahat ng nagpo-proseso ng pagkain na regular na maghugas ng kanilang mga kamay at sundin ang patnubay sa ibaba.

Paghuhugas ng Kamay

Ang mga empleyadong nagsisilbi ng pagkain ay dapat na lubusang hugasan ang kanilang mga kamay at bisig gamit ang sabon at mainit-init na tubig nang hindi kukulangin sa 10 hanggang 15 segundo; lubusang banlawan gamit ang malinis at dumadaloy na tubig at maayos na patuyuin ang kanilang mga kamay at braso. Dapat bigyang-pansin nang mabuti ang ilalim ng mga kuko at pagitan ng mga daliri.

Siguraduhin na ang mga karatula ng wastong paghuhugas ng kamay ay naka-paskil sa mga angkop na lokasyon.

Dapat hugasan ng mga empleyado ang kanilang mga kamay sa lahat ng sumusunod na pagkakataon (at iba pa):

- Pagkatapos hawakan ang mukha, o iba pang bahagi ng hubad na balat kasama ang mga sugat o maga at pagkatapos hawakan ang buhok.
- Pagkatapos gumamit ng banyo.
- Pagkatapos maglinis ng banyo.
- Pagkatapos humawak ng mga hayop.
- Pagkatapos umubo, bumahin, gamit ang panyo o tisyu.
- Pagkatapos manigarilyo, kumain, o uminom.
- Pagkatapos humawak ng maruming mga kasangkapan sa kusina o kagamitan sa pagkain.
- Kaagad bago maghanda ng pagkain, kabilang ang paghawak sa hindi nakabalot na mga pagkain, malinis na kasangkapan sa kusina at kagamitan sa pagkain, at mga hindi nakabalot na lalagyan ng pagkain at mga kagamitan na para sa minsanang-gamit lamang.
- Habang naghahanda ng pagkain, madalas kung kinakailangan upang alisin ang dumi at kontaminasyon.
- Bago magpalit ng gawain upang maiwasan ang palipat-lipat na kontaminasyon.
- Habang lumilipat sa pagitan ng paghawak ng hilaw na pagkain at mga pagkaing handa nang kainin.
- Pagkatapos mangolekta at magtapon ng basura.
- Pagkatapos humawak ng maruming damit, maruming mga basahan, at iba pa.
- Bago isuot ang mga panapon na guwantes bago magsimulang maghanda ng pagkain.
- Bago magdispensa o mamahagi ng pagkain o paghawak ng mga kagamitan sa hapag-kainan sa lugar ng serbisyo ng pagkain.
- Matapos makibahagi sa iba pang mga aktibidad na makaka-kontamina sa mga kamay.

Pagpigil sa Pagkalat ng Sakit

- Lahat ng empleyadong nagsisilbi ng pagkain ay dapat magsanay ng masigasig na paghuhugas ng kamay at mahusay na personal na kalinisan (tingnan ang kabilang pahina).
- Gumamit ng mga kagamitan sa pagkain o guwantes upang maiwasan ang paghawak ng mga pagkaing handa nang kainin. Iwasan ang paghawak ng mga pagkaing ito nang hindi kukulangin sa dalawang linggo matapos tumigil ang mga sakit.
- Madalas linisin at disimpektahin ang pasilida at mga lugar ng pagkain alinsunod sa mga patnubay (tingnan ang kabilang pahina).
- Huwag isama ang mga nagtatrabaho sa pagkain sa paghawak ng mga pagkain, mga kagamitan, at mga kasangkapan nang hindi bababa sa 48 oras matapos tumigil ang mga sintomas.

Mga Ispesipikong Pamamaraan ng Paglilinis

Paglilinis ng mga Kumalat na Dumi dala ng Pagtatae, Suka o Dumi:

1. Gumamit ng personal na kagamitan para sa proteksyon (Personal Protective Equipment o PPE), katulad ng guwantes, takip sa mukha, at pantakip sa damit upang protektahan ang iyong sarili at ang iyong damit mula sa kontaminasyon.
2. Agad harangan ang lugar.
3. Linisin ang nakikitang basura gamit ang panapon na materyal (papel na tuwalya o iba pang panapon na tela) at huwag masyadong gumamit ng mga erosol.
4. Maingat na itapon ang mga bagay sa isang matibay at hindi tinatagusang plastik na supot.
5. Malayang linisin at disimpektahan ang lugar at mga bagay na nakapalibot sa kontaminasyon gamit ang angkop na pang-disimpekta.
6. Tanggalin ang mga guwantes, pantakip sa damit, at takip sa mukha, sa ganitong pagkakasunud-sunod, at itapon bago lumabas sa kontaminadong lugar na nilinis.
7. Ilagay ang mga panapon na personal na kagamitan sa proteksyon sa isang hindi tinatagusang plastik na supot.
8. Magsuot muli ng guwantes at bitbitin ang supot sa isang ligtas na lalagyan ng basura; siguradong huwag idikit ang supot sa iyong damit.
9. Laging hugasan ang inyong mga kamay matapos hawakan ang anumang kontaminadong materyal o basura.

Paglilinis ng mga Kasangkapan at Kagamitan

- Tandaan: Ang mga kagamitang pang-pagkain ay dapat hugasan bago ito linisan.
- Gamitin ang isa sa sumusunod na mga solusyon:
 - 1) Ibad sa solusyon na 100 ppm ng kloro
 - 2) Ibad sa solusyon na 25 ppm ng iyodina ng hindi bababa ng isang minuto.
 - 3) Ibad sa solusyon na 200 ppm ng katernaryang amonya ng hindi bababa ng isang minuto
 - 4) Ibad sa anumang kemikal na panglinis na tumutugon sa kinakailangan ng Seksyon 180.940 ng Titulo 40 ng Koda ng Pederal na Regulasyon kapag ginamit alinsunod sa mga direksyon ng tagagawa o pabrikante nito.

Iba Pang Mga Paraan Upang Iwasan Ang Pagpasok ng Shigella sa Iyong Kusina

- Tiyaking ang produkto ay nahugasan nang wasto bago gamitin.
- Linisin at sanitahin ang mga patungan ng pagkain
- Bantayan ang pagpasok ng mga langaw sa pasilidad.
- Isara ang pasilidad kapag may bara ang imburnal. Kapag natapos ang pagpapaayos at nalinisan at nasanita ang mga patungan, maaaring bumalik sa normal na aktibidad sa kusina.
- Tiyaking lahat ng mga aparato para sa pag-iwas sa pagbabara ay nasa mabuting kondisyon.

Mga Patnubay sa Kalusugan ng Empleyado

Lahat ng empleyadong nagtatrabaho sa pagkain ay dapat may sapat na kaalaman sa kaugnayan ng personal na kalusugan sa kalinisan at kaligtasan sa pagkain. Impormasyon sa paksang ito ay matatagpuan sa Koda ng California sa Pagbebenta ng Pagkain, Bahagi 3, Artikulo 3 – Kalusugan ng Empleyado.

Responsibilidad ng Empleyado sa Pag-abiso sa Tauhang Namamahala

- Abisuhan ang Tauhang Namamahala kung nasuri ka na may impeksiyong Shigella. Tandaan na ang isang empleyado ay kailangan ding iulat ang sumusunod: Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic o shiga toxin na nagreresulta sa E. Coli, Hepatitis A, Entamoeba Histoytica. Tandaan, hindi ka dapat magtrabaho na may kinalaman sa pagkain or humawak ng mga kagamitan sa pagkain kung may sakit ka sa gastro-intestinal, sakit sa tiyan, pagtatae, lagnat at pagsusuka.

Ang Tauhang Namamahala ay Responsible sa Pagtugon sa mga Sumusunod na Kinakailangan

- **Iulat** sa Kagawaran ng Kalusugan at Kalidad ng Kapitaligiran ng County ng San Diego kung ang isang empleyado sa pagkain ay nasuri na may Shigella; tumawag sa (858) 505-6814. Tandaan na ang mga sumusunod na mga sakit ay dapat ding iulat: Salmonella, Shigella, Enterohemorrhagic o shiga toxin na nagreresulta sa E. coli, Hepatitis A, o Entamoeba histolytica.
- **Iulat** sa Kagawaran ng Kalusugan at Kalidad ng Kapitaligiran ng County ng San Diego kung ang **dalawang tao o higit pa** ay may malubhang gastrointestinal na sakit; tumawag sa (858) 505-6814. Malubang gastrointestinal na sakit ay pagtatae, na mayroon o walang pagsusuka, lagnat, o pananakit ng tiyan.
- **Exclude** ang isang empleyado sa pagkain mula sa pasilidad ng pagkain kung nasuri na may Salmonella, Hepatitis A, Shigella, Enterohemorrhagic o shiga toxin na nagreresulta sa E. coli, Shigella o Entamoeba histolytica. Ang maaari lamang na magbigay pahintulot na bumalik ang isang empleyado sa trabaho ay ang Kagawaran ng Kalusugan at Kalidad ng Kapitaligiran at Ahensya ng mga Serbisyong Pangtao ng San Diego County.
- **Ipagbawal** ang isang empleyado sa pagkain na magtrabaho sa nakalantad na pagkain, malinis na kasangkapan, malinis na lino, malinis na kagamitan sa pagkain at hindi nakabalot na pangmisanang-gamit na mga bagay kung ang empleyado sa pagkain ay may mga sintomas ng malubhang gastrointestinal na sakit o nakakaranas ng walang tigil na pag-ubo, pagbahin, o sipon. Ang mga restriksyon ay maaaring bawiin ng Tauhang Namamahala kung ang empleyado sa pagkain ay nagsaad na wala na silang sintomas ng sakit.