

كيفية انتقال الجراثيم الى الطعام

ما هو التسمم الغذائي؟



هو حالة مرضية مفاجئة تظهر على شخص أو عدة أشخاص نتيجة تناولهم أغذية غير سليمة تحتوي على جراثيم.



عن طريق أدوات الطبخ الملوثة.

ما هي الجراثيم؟



كائنات صغيرة مجهرية لا ترى بالعين المجردة تتكاثر لتصل إلى 18 مليون جرثومة خلال 8 ساعات فقط.



عن طريق إفرازات الأنف، الحلق و الجروح.

أعراض التسمم الغذائي

تختلف الأعراض حسب نوع الطعام الفاسد أو الشخص المتسمم و تبدأ بعد تناول الطعام الملوّث بساعاتٍ إلى أيام، وقد تشتملُ على:



عن طريق الأيدي الملوثة بالجراثيم المسببة للتسمم .



عن طريق المياه الملوثة.



لامسة الأغذية للأرضية مباشرة .

وتشتمل العلامات التي تشير إلى حالة خطيرة من التسمم الغذائي، و التي تستدعي التدخل الطبي، على ما يلي:

- القيء الذي يدوم أكثر من يومين.

- الاسهال الذي يدوم أكثر من ثلاثة أيام، أو الإسهال المصحوب بدم، أو عدم القدرة على الاحتفاظ بالسوائل في الجسم (أي إفراغها بسرعة بالإسهال أو القيء).

- الحمى، وجود دم في القيء، الاختلاجات، ازدواج الرؤية، اضطراب قدرة الشخص على الكلام.

- علامات النقص الشديد للسوائل في الجسم مثل جفاف الفم وغوور العينين وقلة البول أو انعدامه.

المصاب بإسهال لا يشترك أبدا في إعداد الطعام خشية من نقل



و انتشار العدوى للآخرين.

وزارة التجارة

Ministère du commerce

تحت الرعاية السامية لمعالي وزير التجارة تنظم مديرية التجارة لولاية مستغانم

Sous le haut patronage de Monsieur le ministre du commerce, la direction
du commerce de la wilaya de Mostaganem

كيف تحمي نفسك من التسمم الغذائي

الاهتمام بالنظافة يكون في ...



- غسل الاواني المستخدمة بعد كل استخدام.
- استعمال اواني ملائمة غير قابلة للصدأ.

نظافة أدوات الطبخ
و التقديم



- استعمال المناديل الورقية لمرة واحدة.
- تنظيف الجروح، تطهرها و تضمدها.
- النظافة الجسدية .

النظافة الشخصية



- ضرورة غلو المطبخ من الحشرات.
- وضع سلة المهملات بعيدة عن مكان اعداد الطعام.
- احتواء المخلفات في أكياس يجري غلقها باحكام.
- التنظيف المتكرر.

نظافة المطبخ



الاهتمام بنظافة اليدين

الطريقة الفعالة لغسل اليدين بالماء والصابون



1
بباطن اليد بباطن اليد الأخرى



2
بباطن اليد بباطن اليد اليسرى مع تداخل الأصابع



3
بباطن اليد بباطن اليد الأخرى مع تداخل الأصابع



4
الدعك الدائري للإبهام الأيسر ثم الأيمن



5
تطهر الأصابع بباطن اليد الأخرى والأصابع مضمومة



6
الدعك الدائري بأصابع اليد اليسرى لباطن اليد اليمنى والعكس



7
غسل المعصم لكلا اليدين في النهاية

"الوقاية من التسممات الغذائية"

"Prévention des intoxications alimentaires"

13 مارس 2018

للمزيد من المعلومات يمكنكم التواصل معنا :

العنوان : حي 348 مسكن خروية - مستغانم -

الهاتف: 045.39.29.11 / الفاكس: 045.39.29.12

الموقع : www.dcw-mostaganem.dz / البريد الإلكتروني : dcmostaganem@yahoo.fr