

MUTFAK HIJYENİ VE KİŞİSEL HIJYEN

ENFEKSİYON KONTROL
KURULU

MUTFAK HIJYENİ



Mutfakta fiziki alanlar;

- Yemek pişirilme ünitesi
- Hazırlanan yemeklerin bekletilme ünitesi
- Sebze yıkama ünitesi
- Bulaşık yıkama ünitesi

Mutfakta yemek hazırlanan alan
"TEMİZ ALAN"



Bulaşıkların yıkıldığı alan
"KİRLİ ALAN"

*Bu alanlar fiziki olarak ayrılmalı ve
personelin kirli alandan temiz alana geçişi
engellenmeli

Yemek pişirilme ünitesi

- Kuruluşu ve temizliği sağlanmalı
- Bu bölümde tam gün çalışacak bir temizlik elemanı olmalı
- Çöp kovalarının ağzı kapalı olmalı ve yemeklerin pişirildiği alanda bulunmamalı
- Temiz olmayan malzemeler (yıkamamış çiğ sebze, meyveler, koliler v.s) bulunmamalı. Bu malzemeler farklı bir alanda temizlenmeli ve bekletilmeli

Hazırlanan yemeklerin bekletilme ünitesi

- Bir sonraki yemek için hazırlanan et, sebze, komposto ve diğer menü ürünlerinin **mutlaka ağzı kapalı olmalı**, uygun koşullarda ve yerden yüksek raflarda muhafaza edilmeli
- Kullanılmayan, yedekte bulunan kaplar da bu raflarda muhafaza edilmeli
- Pişirme kazanları amacı dışında kullanılmamalı, fırın ve ocakların temizliği düzenli olarak yapılmalı

Mutfakta diğer kurallar (1):

- Mutfak personeli mutlaka forma kullanmalı. Bu formalar **her gün** ve **kirlendiğinde yıkanmalı**. Mutfak personeli günlük sakal traşı olmalı
- Yemek hazırlığına başlamadan önce **eller yıkanmalı**. Yemek hazırlığında ve servis sırasında **maske** kullanılmalı
- Mutfakta yemek ısı **en az 80 °C'de** hastaya ulaştığında **en az 60 °C'de** olmalı, termometre ile ısı kontrolleri yapılmalı

Mutfakta diğer kurallar (2):

- Mutfağa gelen malzemelerin kabul edildiği alan ile hastane atıklarının çıkarıldığı alan arasında fiziki ayırım yapılmalı
- Duş ve tuvalet bölümünün kapısı kapatılmalı, tuvalet giriş ıkışları tamamen **dış koridordan sağlanmalı**
- Mutfakta el hijyeni için uygun olan, el değmeden açılan (pedallı veya fotoselli) lavabolardır. Bu lavabolar sebzelerin yıkandığı tezgahlardan ayrı olarak yerleştirilmeli

BESIN HIJYENI



Besin hijyeni (1):

- Sağlam, zedelenmemiş ve bozuk olmayan besinler seçilmeli ve satın alınmalı
- Gıdaları satın alırken son kullanma tarihine ve içeriğine dikkat edilmeli
- Hazırlama, saklama ve servis sırasında kullanılan araç ve gereçler temiz olmalı

Besin hijyeni(2):

- Yiyeceklerin üzeri kapalı olmalı
- Besinler her türlü temizlik maddesi,sabun ve haşere öldürücü ilaçlardan uzak tutulmalı
- Bulaşıklar üzerindeki artıklar kurumadan yıkanmalı
- Çöp torbalarının ağızları kapatılmalı ve kapaklı çöp kovalarında muhafaza edilmeli

Mikroorganizmalar;

- Suda
- Havada
- Toprakta
- Hayvanlarda
- İyi yıkanmamış sebze ve meyvelerde
- İyi pişirilmemiş et ve balıklarda
- İyi yıkanmamış kaplarda
- İnsan ve hayvanların dışkılarında bulunur

Su ve Besinlerle Bulaşan Hastalıklar:

- Tifo
- Salmonella türleri
- Basilli Dizanteri
- Amipli Dizanteri
- Ani başlayan sulu ve kanlı ishaller
- Kolera
- Sarılık (Hepatit A) vb...

HİJYEN = SAĞLIK BİLİMİ



KIŞİSEL HİJYEN

Bireyin sağlığını
sürdürmek için yaptı
"ÖZBAKIM"
uygulamalarını içer



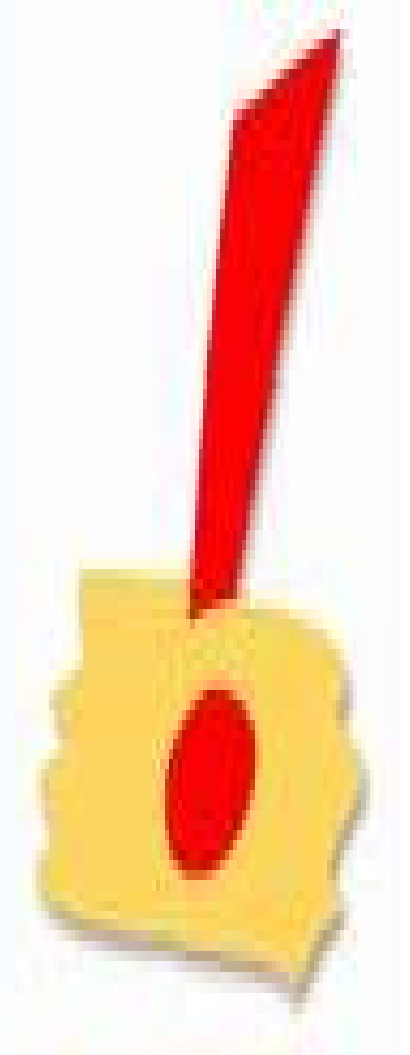
KİŞİSEL HİJYEN

- El ve tırnak temizliği ve bakımı
- Yüz, boyun ve koltuk altı temizliği
- Saç temizliği ve bakımı
- Ayak temizliği
- Genital bölge temizliği
- Tuvalet alışkanlığı ve temizliği
- Banyo yapma ve giysi temizliği
- Ağız ve diş sağlığı
- Spor ve beden eğitimi
- Sağlıklı giyinme

SU ve SABUN EN ÖNEMLİ TEMİZLİK ARAÇLARIDIR

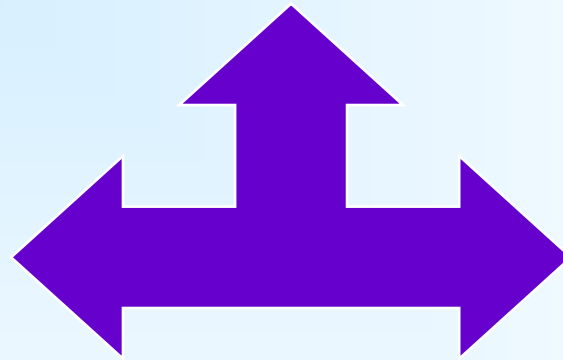


El ve tırnak temizliği

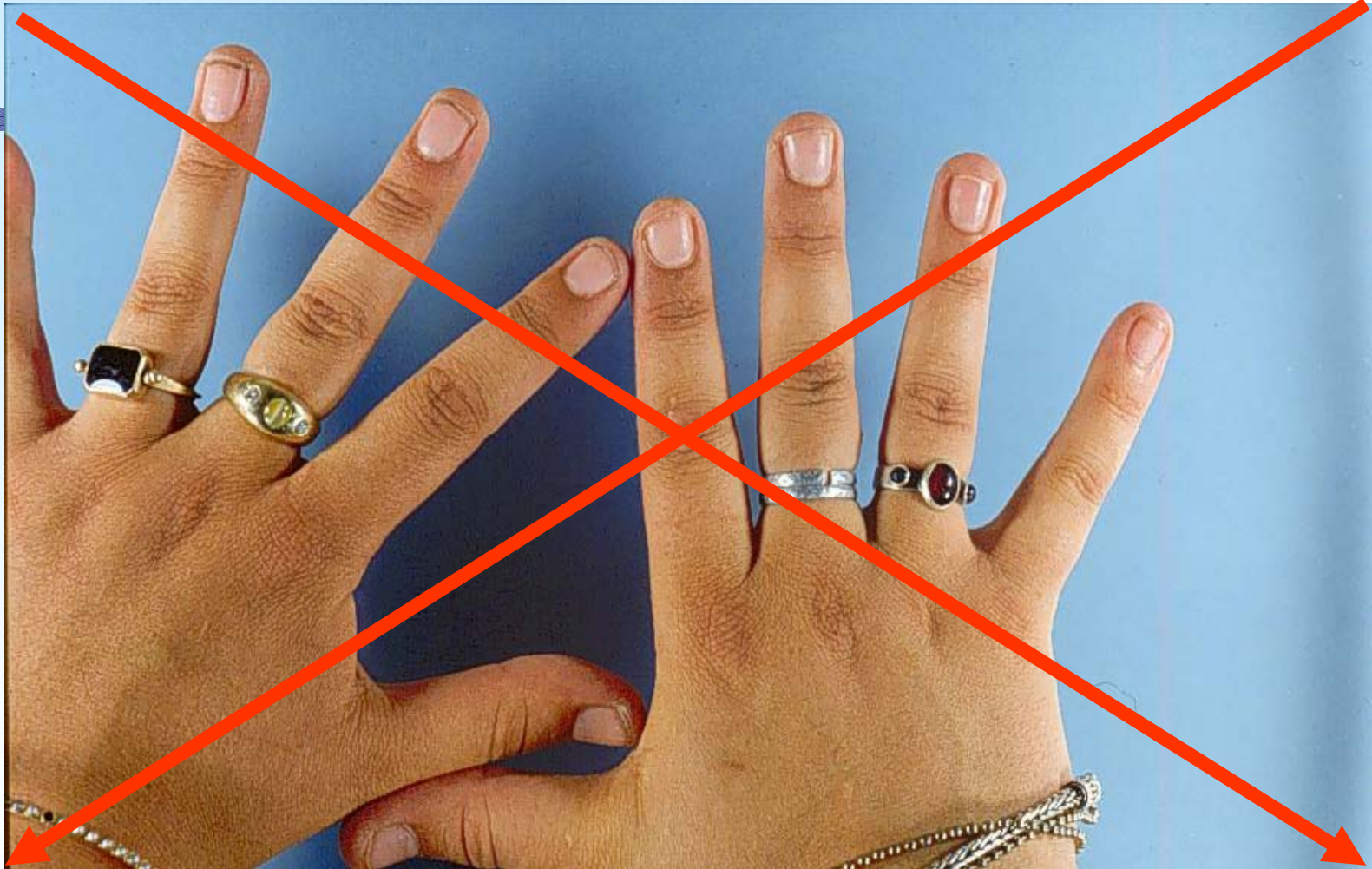


Besinler

EI



Mikroorganizma









ELLER NE ZAMAN
YIKANMALI ?

Eller ne zaman yıkanmalıdır -1

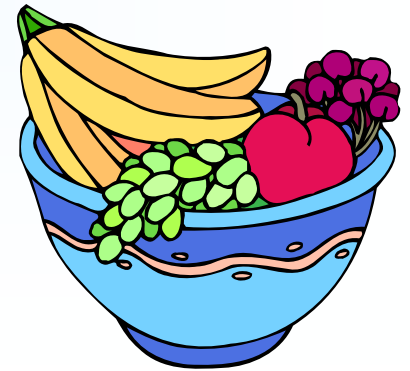
(Amerikan Hastalık Kontrol Merkezi-CDC)

Yemek hazırlığına
başlamadan önce



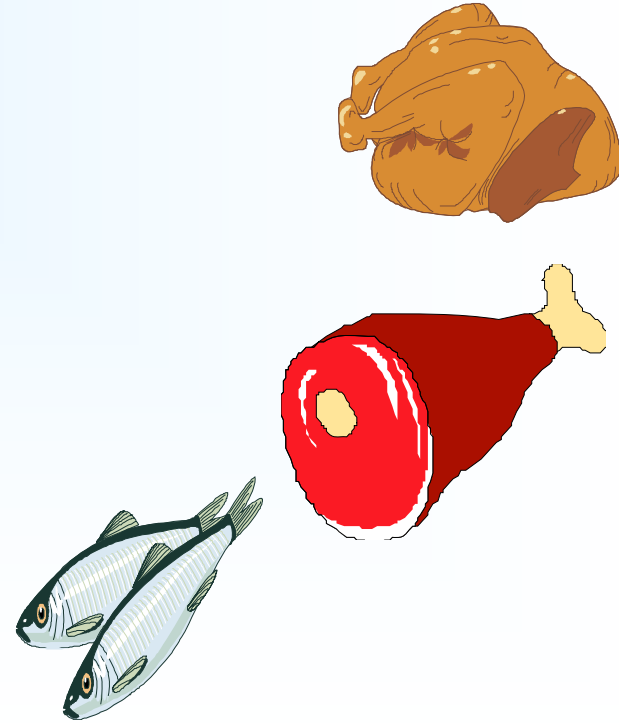
Eller ne zaman yıkanmalıdır-2

Pişmemiş gıdalara
(çiğ sebze ve meyvelere)
temastan sonra



Eller ne zaman yıkanmalıdır-3

Çiğ et, balık, veya
tavukla temas
ettikten sonra



Eller ne zaman yıkanmalıdır-4



- Yemek yemeden önce
- Yemek yapmaya başlamadan önce

Eller ne zaman yıkanmalıdır-5

Üst solunum yolu sekresyonları ile temastan sonra(hapşırma,öksürme v.b)

Eller ne zaman yıkanmalıdır-6

Tuvaletten önce
ve sonra



Eller ne zaman yıkanmalıdır-7

Çöp ile temastan
sonra



Eller ne zaman yıkanmalıdır-8

Hayvan veya hayvan
çıkartıları ile
temastan sonra



Yüz, boyun ve koltuk altı temizliği

- Sabah eller ve yüz yıkanmalı
- Banyo alınmasa bile koltuk altı önce sabunlu bir bezle sonra su ile iyice silinmeli ve temizlenmeli



Saç temizliği ve bakımı

- Normal bir saç en az haftada iki kez yıkanmalı
- Saç diplerinde kepek varsa, sık sık çok sıcak olmayan su ve sabunla yıkanmalı
- Saç dağınık olarak bırakılmamalı, düzgün ve muntazam biçimde tarakla taranmalı

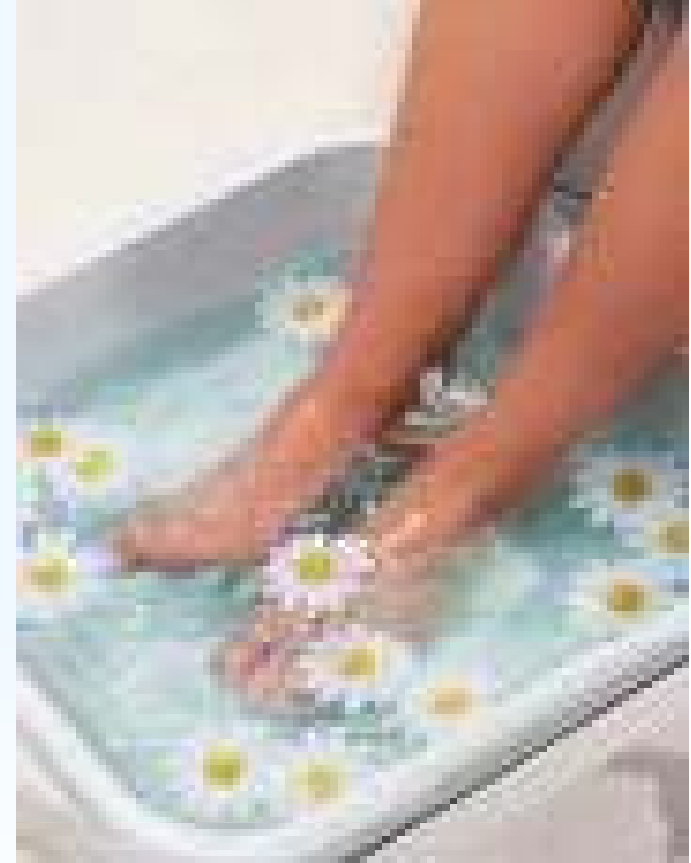
BÜTÜN TEMİZLİK MALZEMELERİ KİŞİYE ÖZEL OLMALIDIR !!!!!

- Havlu
- Tarak
- Diş fırçası
- Sabun



Ayak temizliği

- Ayaklar dŸzenli olarak yıkanmalı
- Her yıkamadan sonra parmak araları havlu ile, hatta saç kurutma aracı ile iyice kurutulmalı



Tuvalet alışkanlığı ve temizliği

Her tuvaletten önce
ve sonra eller
yikanmalı



Banyo yapma ve giysi temizliği

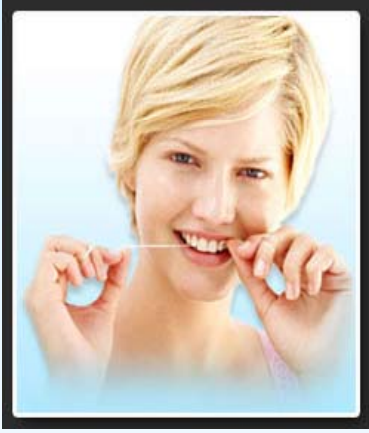


- Her gün duş alınmalı
- Her gün duş almak mümkün değilse su ve sabunla terleyen bölgeler silinmeli
- Her banyodan sonra iamaşırlar değiştirilmeli. Terleme veamaşırların kirlenmesi durumunda yıkanma olanağı yoksa da iamaşırları değiştirilmeli

Ağız ve diş sağlığı



- Diş sağlığının bozulması vücuttaki diğer organları da etkileyebilir
- Kalp, böbrek, eklemler vb yapılarda önemli sağlık sorunlarına yol açabilen enfeksiyonlara kaynaklık edebilir



**Yemeklerden sonra
dişlerin fırçalanması
ve diş ipi kullanarak
yemek artıklarının
çıkarılması dişlerin
çürümesini ve dişeti
hastalıklarının
oluşumunu ve
ilerlemesini önler**



**Senede en az iki kez
diş hekimine giderek
diş muayenesi
yaptırılmalı**

"şuna bak! tam ellidört yaşında
ve de tek bir çuruğu bile yok...!"



**Kendi sağlığı ve
Çevrenin sağlığı
için mutfak
personeli kişisel
hijyenin her
basamağında çok
titiz
davranmalıdır...!!!**





TEŞEKKÜRLER