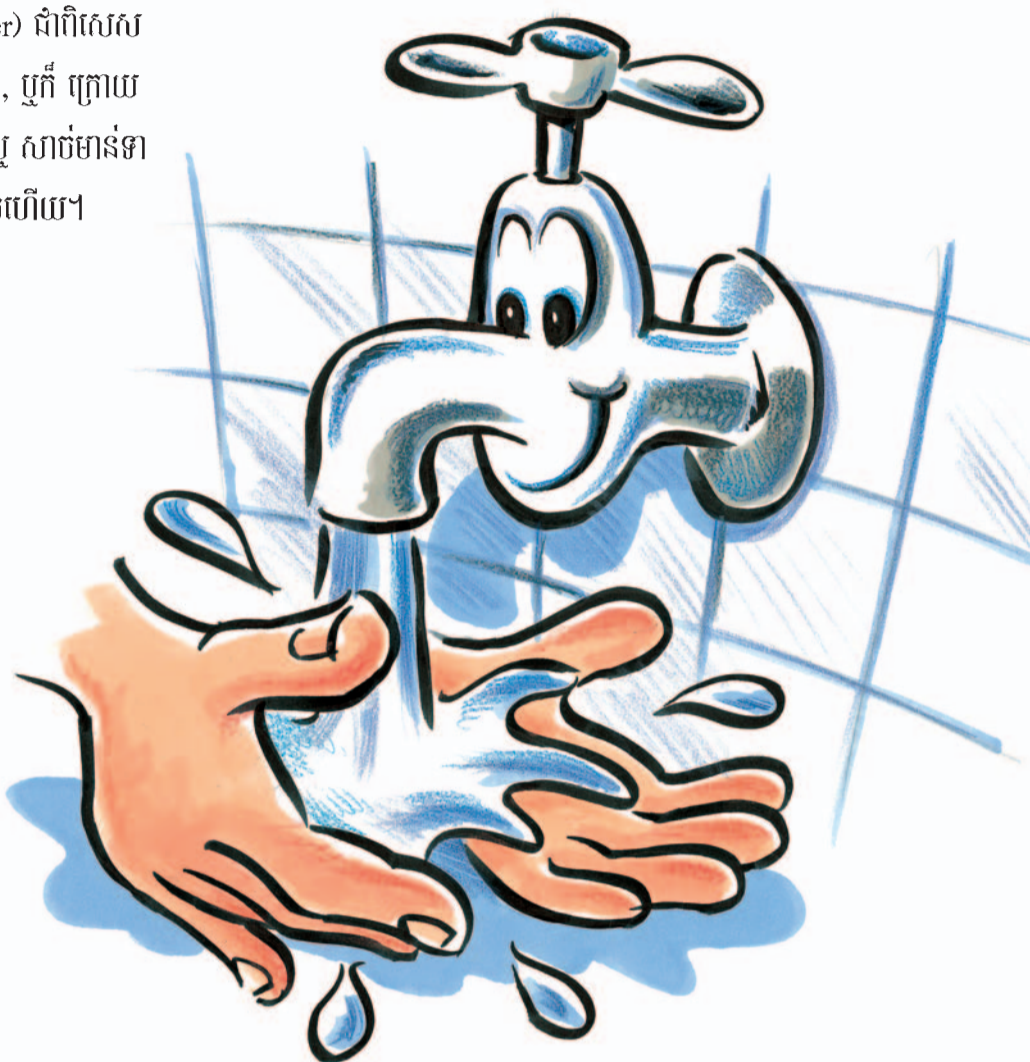


សូមមេត្តា ជួយសំអាត

ចូរលាងដៃ របស់អ្នក ឲ្យស្អាត

ចូរលាងដៃអ្នកជាមួយ សាប៊ូ និង ទឹកក្រូចឆ្មារ រួចហើយ ផ្តិតកន្សែងស្អាតៗឡើង ឬក៏ហាលម្រាមដៃ របស់អ្នកក្រោមខ្យល់ក្តៅ (Air Dryer) ជាពិសេស មុនពេលអ្នកចូលទៅ ធ្វើបច្ចុប្បន្នចំណី, ឬក៏ ក្រោយ ពេលដែលចាប់ប្រើកាំបិត សាច់ឆៅ ឬ សាច់មាន់ទា ជាពិសេសក្រោយពេល ចូលចង្អុលរួចហើយ។



Reference: Food Safety Practices & General Requirements - Standard 3.2.2 Section 15

ចូរកុំជួយចម្រុះ ជម្ងឺ-ឬមេរោគ អំពីមួយ ទៅមួយកន្លែងទៀត

ក៏បើធ្វើយ៉ាងណា ឲ្យបានប្រាកដថា មេរោគដែល បានកើតអំពីម្ហូបចំណីគ្មានវាសនា ចម្រុះពីម្ហូបឆៅ (Raw foods) ទៅកាន់ម្ហូបដែលបានចម្អិនរួចហើយ, ឬក៏អំពីខ្លួនប្រាណរបស់អ្នក ទៅលើម្ហូបចំណីគ្រប់ ទុកសំរាប់ហូប បាននោះ៖



- ចូរខំធ្វើយ៉ាងណា កុំឲ្យសាច់មាន់ឆៅ (Raw poultry) ប៉ះពាល់ចូលជាមួយ ម្ហូបផ្សេង ឬក៏បានចម្អិនរួចហើយ។
- ប្រើពួហាន់សាច់ ចូរលាងឲ្យស្អាត ក្នុងពេលកាត់សាច់(ហាន់រុះចម្រុះឡើង)។ ឬក៏ត្រូវតែប្រើប្រាស់ពួហាន់សាច់ ផ្សេងៗគ្នា ១សំរាប់សាច់ឆៅ ១ទៀតសាច់ផ្សេង។
- ចូរប្រើដីបៀត(Tongs)ចាប់សាច់ឬក៏ ស្លាបព្រា ទុកចាប់ម្ហូប កុំប្រើម្រៀមដៃ ក្នុងការប៉ះពាល់ម្ហូបដែលចម្អិនរួចនោះ ទើ អាចធ្វើបាន។
- ចូររៀបទុកដាក់សាច់ឆៅ មាន់ទា ឲ្យបាន ល្អស្អាត (នៅក្នុងទូរទឹក កក) កុំឲ្យបៀវ ហ្មួរ ទឹកឈាម មកប៉ះ មកចូល ប្រឡាក់ មកជាប់ ម្ហូបចំណីស្រស់ៗ(Fresh food)។

Reference: Food Safety Practices & General Requirements - Standard 3.2.2 Section 6

ចូរអ្នក ប្រាប់យើងខ្ញុំ ប្រសិនបើអ្នក មានជម្ងឺ

គ្រោះថ្នាក់រាល់មួយចំណីគ្មានគ្រឿង បណ្តាលមក អំពីចុងកៅ ឬក៏អ្នកប្រើបច្ចុប្បន្ននោះតែម្តង ដែលនៅ ខំទ្រាំធ្វើការងារទៀត ទោះបីធ្លាក់ខ្លួនឈឺក៏ដោយ។

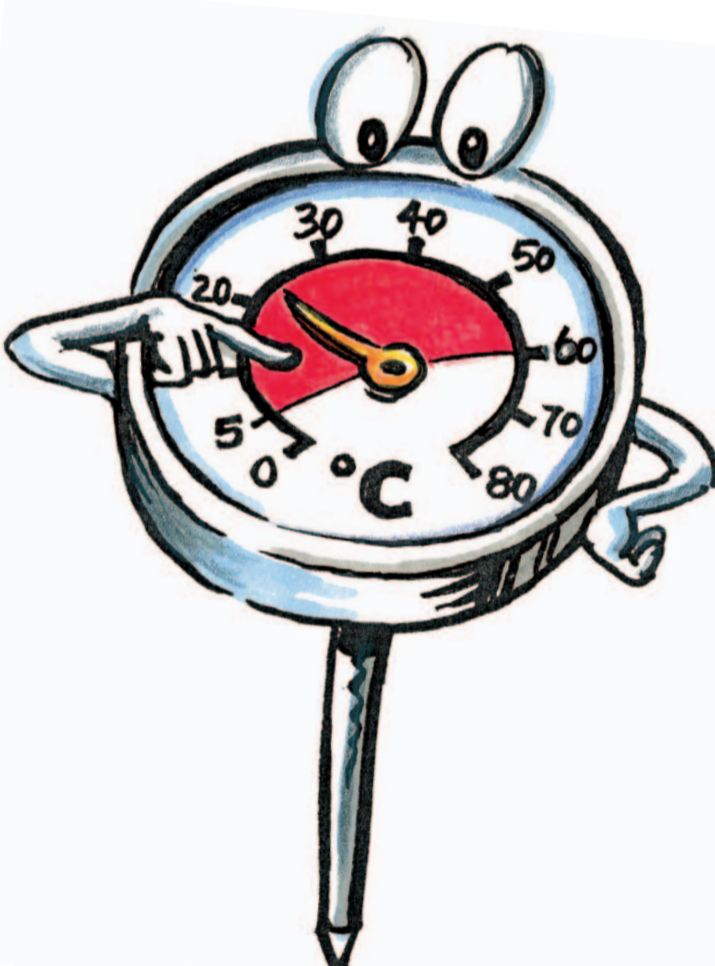
ដូច្នោះ ប្រសិនបើអ្នកមានជម្ងឺឬក៏ឈឺ,ឬក៏មានរោគក្នុងខ្លួន, ឬមួយដឹងថាមានរោគសញ្ញា ជម្ងឺរាតត្បាត ឬក៏ក្អកចង្ហា (Vomiting or Diarrhoea) ដាច់ខាត ត្រូវតែ៖

- > ប្រាប់ទៅមេការ ឬក៏ចៅហ្វាយនាយរបស់អ្នក។
- > ហាម ធ្វើបច្ចុប្បន្នម្ហូបចំណី។
- > បើសិនជានៅធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗនោះ ចូរខំធ្វើយ៉ាង ណា ការពារ កុំមេរោគឆ្លងទៅជាប់លើម្ហូបចំណី។



Reference: Food Safety Practices & General Requirements - Standard 3.2.2 Section 14

ចូរប្រយ័ត្ន “តំបន់ ក្រោះថ្នាក់”



ចូររក្សាម្ហូប ឬចំណីទុកក្នុង សីតុណ្ហភាព 5 ដឺក្រេសេឬក៏ ក្នុងកំដៅឆាប់ៗនេះ។
រក្សាទុកម្ហូបក្តៅ ឲ្យនៅក្នុង កំដៅចន្លោះ 60 ដឺក្រេសេ ឬក៏ក្នុងកំដៅខ្ពស់ៗនេះ។

មេរោគដែលធ្វើឲ្យម្ហូបចំណីពុល នឹងកើតនៅ ក្នុងសីតុណ្ហភាពកំដៅចន្លោះ 5 ដឺក្រេសេ និង 60 ដឺក្រេសេ-ដែលគេឲ្យឈ្មោះថាតំបន់សីតុណ្ហភាព គ្រោះថ្នាក់។ ថែរក្សាម្ហូបចំណីឲ្យនៅក្រៅពីតំបន់ សីតុណ្ហភាពគ្រោះថ្នាក់នេះនឹងកាត់បន្ថយ ឬក៏ខាត ខាងមិនឲ្យមេរោគបាក់តេរី ចាប់កំណើតបាន។

Reference: Food Safety Practices & General Requirements - Standard 3.2.2 Section 6

