

# Higiena rąk

– zalecenia dla pracowników mających kontakt z żywnością

## Czynności, po których należy umyć ręce?

- |   |  |
|---|--|
|  przyjscie do pracy  |  wyparzenie / naświetlanie jaj  |
|  skorzystanie z toalety  |  obieranie surowych warzyw i owoców   |
|  dotykanie włosów na głowie  |  mycie i dezynfekcja urządzeń kuchennych, sprzętu i pomieszczeń                 |
|  kichanie, kaszlenie, wycieranie nosa chusteczką, jedzenie, picie, palenie tytoniu |  kontakt z brudnymi urządzeniami, naczyniami, sprzętem kuchennym oraz sztućcami |
|  kontakt z surowymi rybami i owocami morza   |  zbieranie i usuwanie śmieci  |
|  kontakt z surowym mięsem białym i czerwonym                                     |  każdorazowo przed założeniem i po zdjęciu rękawic jednorazowych               |
|  kontakt z rozmrożonym mięsem  |  kontakt z pieniędzmi   |

## Przygotowanie rąk do pracy z posiłkami – o czym należy pamiętać?

- krótko przycięte paznokcie, nielakierowane, bez ozdób
- skażoną lub uszkodzoną skórę rąk należy zdezynfekować, zakryć opatrunkiem i jeśli dotyczy to dłoni, stosować jednorazowe rękawiczki
- nie wolno nosić na rękach przedmiotów takich jak zegarki, pierścionki, obrączki, bransolety

## Kiedy stosować preparaty do dezynfekcji rąk:

- po umyciu rąk
- przed nałożeniem i po zdjęciu rękawiczek ochronnych
- przy przejściu z obszaru skażonego do czystego
- preparat dezynfekcyjny należy wcierać tylko w suche ręce



1

o myciu i dezynfekcji rąk zgodnie z instrukcją mycia rąk

2

o myciu rąk przez min. 15-20 sekund, by usunąć bakterie i wirusy