

ĐẢM BẢO AN TOÀN THỰC PHẨM TRONG MÙA DỊCH COVID-19

Hà Thị Anh Đào¹

COVID-19 là chữ viết tắt của Coronavirus Disease 2019 do chủng virus Corona mới (SARS-CoV-2) gây bệnh viêm đường hô hấp cấp ở người, có thể lây truyền sang người khác thông qua hơi thở, các giọt bắn ra từ mũi/ miệng nếu tiếp xúc gần ($\leq 1\text{m}$). Những giọt bắn này mang theo SARS-CoV-2 rơi xuống các bề mặt xung quanh và có thể tồn tại tới 72 giờ trên các vật liệu bằng nhựa, plastic hoặc thép không gỉ [1]. Nếu tay chạm vào các bề mặt đã nhiễm virus này lại đưa lên sờ mắt, mũi, miệng hoặc tiếp xúc vào thức ăn sẽ gây nên sự lây nhiễm chéo rất nguy hiểm. Người bị nhiễm SARS-CoV-2 thường có dấu hiệu bệnh về đường hô hấp như sốt, ho, khó thở, hắt hơi, chảy nước mũi, suy hô hấp, suy tuần hoàn... nếu không được điều trị kịp thời có thể dẫn đến tử vong [2]. Tuy nhiên, theo một số báo cáo gần đây vẫn phát hiện một tỷ lệ đáng kể bệnh nhân COVID không có các triệu chứng rõ rệt. Do vậy, bên cạnh các khuyến cáo của Tổ chức Y tế thế giới (WHO) và Hướng dẫn bằng văn bản của Bộ Y tế [3] như Biện pháp phòng bệnh viêm đường hô hấp cấp COVID-19, Hướng dẫn sử dụng và đeo khẩu trang đúng cách, Hướng dẫn rửa tay đúng cách (theo Quy trình rửa tay thường quy gồm 6 bước), Hướng dẫn đảm bảo an toàn thực phẩm, Hướng dẫn cách ly y tế tại nhà, nơi lưu trú... thì chúng ta cần quan tâm hơn

nữa việc **Đảm bảo an toàn thực phẩm trong mùa dịch COVID-19** tại cơ sở chế biến thực phẩm, cơ sở kinh doanh thực phẩm, kinh doanh dịch vụ ăn uống và tại Gia đình như sau:

- **Tại Cơ sở chế biến/ sản xuất thực phẩm, cơ sở kinh doanh thực phẩm, kinh doanh dịch vụ ăn uống (nhà hàng, khách sạn, bếp ăn tập thể...)**, cần tăng cường giám sát việc thực hiện các biện pháp đảm bảo an toàn thực phẩm:

+ Thực hành vệ sinh tốt (GHP), Thực hành sản xuất tốt (GMP), Hệ thống quản lý an toàn vệ sinh thực phẩm (HACCP).

+ Thực hành rửa tay đúng cách, sử dụng tạp dề/ mũ/ khẩu trang của nhân viên chế biến phục vụ, đảm bảo cự ly giãn cách ($\geq 2\text{m}$) giữa các nhân viên chế biến phục vụ với nhau, nhân viên phục vụ với khách hàng và khách hàng với khách hàng.

+ Trong trường hợp phục vụ ăn uống cho những đối tượng đã bị nhiễm hoặc nghi ngờ nhiễm SARS-CoV-2 thì nhân viên chế biến phục vụ phải chấp hành nghiêm túc các quy định của Bộ Y tế, sử dụng trang bị bảo hộ y tế đúng quy định, có đầy đủ kiến thức về sự nguy hiểm của dịch COVID-19 và biện pháp đề phòng sự lây nhiễm.

- **Tại Gia đình**, mọi thành viên luôn giữ “Bàn tay sạch” là điều kiện tiên quyết. Người nội trợ cần nghiêm túc

¹PGS. TS. Hội Dinh dưỡng Việt Nam

Ngày gửi bài: 1/4/2020

Ngày phản biện đánh giá: 15/4/2020

Ngày đăng bài: 29/4/2020

thực hiện “**10 nguyên tắc vàng**” đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm của WHO và các Hướng dẫn về an toàn thực phẩm của Bộ Y tế. Trong khi dịch COVID-19 đang có những diễn biến phức tạp, việc đi mua thực phẩm, chuẩn bị thức ăn và vệ sinh ăn uống là những khâu then chốt cần được chú ý hơn:

+ **Cẩn thận khi đi mua thực phẩm:** Nên mang theo xe đẩy, giỏ xách/ túi đựng hàng để giảm bớt sự tiếp xúc với các đồ dùng chung, luôn đeo khẩu trang đúng cách, đảm bảo cự ly giãn cách với những người khác (≥ 2 m). Lựa chọn các thực phẩm còn hạn sử dụng, có thể truy xuất nguồn gốc tại các cơ sở đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm. Hạn chế mua các thức ăn ngay không có bao gói sẵn, nếu có điều kiện thì nên dùng dụng cụ vệ sinh tay (có chứa $\geq 60\%$ cồn) trước và sau khi tiếp xúc với thực phẩm, các đồ bao gói thực phẩm, các bề mặt dụng cụ hoặc tiền và tuyệt đối không sờ tay lên mắt, mũi, miệng. Khi về nhà cần thay quần áo, khăn quàng/ mũ, dây/ dép và khẩu trang. Rửa tay đúng cách, vệ sinh xe đẩy, giỏ xách/ túi đựng hàng thật sạch sau khi đã chuyển thực phẩm vào lưu trữ/ bảo quản hoặc sử dụng ngay.

+ **Thận trọng khi chuẩn bị thức ăn:** Cần đeo khẩu trang, rửa tay đúng cách sau khi loại bỏ đồ bao gói thực phẩm dùng một lần. Sử dụng găng tay dùng một lần hoặc rửa tay sạch sau mỗi lần tiếp xúc với thực phẩm tươi sống. Dùng dao thớt, thìa dĩa và các dụng cụ chứa đựng riêng cho thực phẩm tươi sống và thức ăn đã nấu chín/ thức ăn ngay không qua chế biến. Thực phẩm đông lạnh cần được làm tan băng hoàn toàn trước khi xử lý, chế biến. Nấu chín kỹ thực phẩm, luôn bảo quản nóng trong nồi hoặc dụng cụ

đảm bảo vệ sinh an toàn. Đối với rau quả dùng ăn ngay, cần nhớ rửa tay sạch bằng xà phòng và nước sạch trước khi rửa rau quả. Rau quả phải được rửa kỹ dưới vòi nước chảy, đối với các loại rau lá bị dính bụi, bùn, đất, cát... thì nên ngâm trong nước vo gạo ≥ 30 phút và rửa sạch lại dưới vòi nước chảy.

+ **Giữ gìn vệ sinh khi ăn uống:** Cần rửa tay đúng cách trước khi ngồi vào bàn ăn, hạn chế nói chuyện hay cười đùa. Ăn ngay khi cơm, canh, thức ăn còn nóng. Không dùng thìa dĩa cá nhân để lấy các món ăn dùng chung (phải có muôi/ thìa/ dĩa để sẵn ở bát canh và các đĩa thức ăn), không uống chung cốc nước hoặc các đồ uống với người khác (kể cả trẻ em). Nếu cần ho, hắt hơi hay bị sặc thức ăn thì phải đi ra ngoài bàn ăn vì mọi người đều có thể bị nhiễm SARS-CoV-2 và lây lan sang người khác. Phải rửa dọn bát đĩa, mâm bàn ngay sau khi ăn xong, giữ vệ sinh khu vực ăn uống và chế biến luôn sạch sẽ, khô thoáng.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Van Doremalen N, Bushmaker T, Morris DH, et al. Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. *N Engl J Med.* 2020;382(16):1564–1567. doi:10.1056/NEJMc2004973
2. Desai AN, Aronoff DM. Food Safety and COVID-19 [published online ahead of print, 2020 Apr 9]. *JAMA.* 2020;10.1001/jama.2020.5877. doi:10.1001/jama.2020.5877
3. Bộ Y tế - Cổng thông tin điện tử. Trang tin chính thức về dịch bệnh viêm đường hô hấp cấp Covid-19 từ Bộ Y tế Việt Nam. <https://moh.gov.vn/>