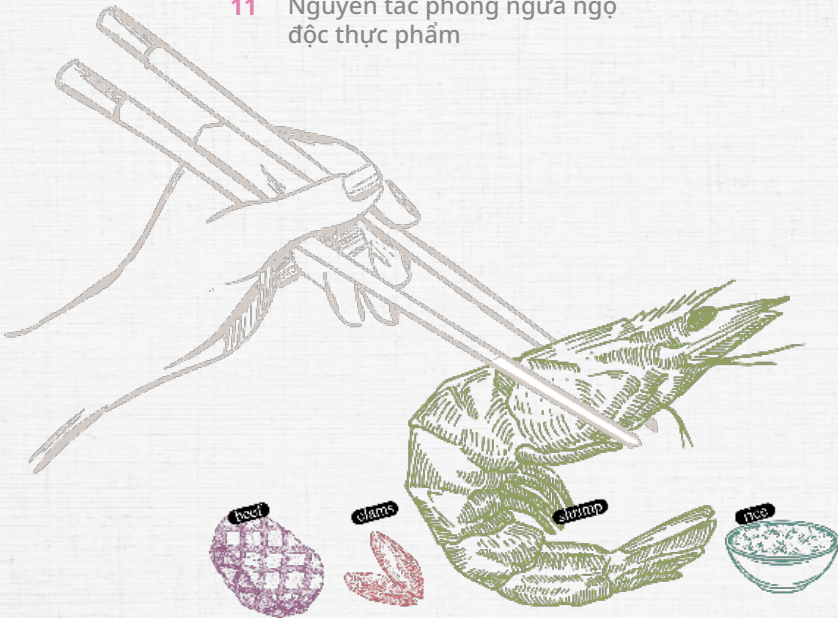




# Chuyên an toàn vệ sinh thực phẩm, phòng ngừa ngộ độc thực phẩm, không còn lo lắng

- 01 Chương Chủ doanh nghiệp
- 10 Chương người dân
- 11 Nguyên tắc phòng ngừa ngộ độc thực phẩm



## Chương Chủ doanh nghiệp

### Q1. Chủ doanh nghiệp kinh doanh dịch vụ nhà hàng phải tuân thủ các quy định có liên quan đến vệ sinh an toàn thực phẩm là gì?

#### Answer 1

#### 1. Chuẩn mực vệ sinh chất lượng thực phẩm (Good Hygiene Practice, GHP)

Để đảm bảo an toàn vệ sinh và chất lượng thực phẩm đáp ứng các yêu cầu cơ bản nhất về phần mềm và phần cứng, tất cả nhân viên, nơi làm việc trong ngành thực phẩm, hệ thống quản lý vệ sinh và đảm bảo chất lượng tại cơ sở hạ tầng, đều phải phù hợp Chuẩn mực GHP, nhằm đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm, và giảm nguy cơ ô nhiễm.

#### 2. Chủ doanh nghiệp thực phẩm đăng nhập

Để thực hiện hiệu quả việc hướng dẫn và quản lý kiểm toán của các Chủ doanh nghiệp, đồng thời hiểu được thông tin cơ bản và thông tin sản phẩm của các Chủ doanh nghiệp, Bộ Phúc lợi Y tế đã ban hành thiết lập ngày 03 tháng 12 năm 2013, và công bố sửa đổi “Biện pháp đăng nhập dành cho Chủ doanh nghiệp thực phẩm” vào ngày 29 tháng 04 năm 2020, và đã công bố sửa đổi “Phải đăng ký đăng nhập phân loại Chủ doanh nghiệp thực phẩm, quy mô và ngày thực thi, thì mới được hoạt động” vào ngày 28 tháng 04 năm 2021. Hiện nay có các nhà máy, công ty, ngành nghề thương mại, đăng ký thuế, gian hàng (quầy hàng) kinh doanh được cấp phép bởi Cơ quan Chủ quản kinh tế địa phương, các Chủ doanh nghiệp sản xuất, chế biến, nhập khẩu, nhà hàng, bán hàng và hậu cần, cũng như các doanh nghiệp sản xuất, chế biến, bán hàng đã đăng ký nông sản sơ cấp tại các Cơ sở chế biến sản phẩm và có giấy chứng nhận đăng ký, phải thực hiện đăng nhập theo “Biện pháp đăng nhập dành cho Chủ doanh nghiệp thực phẩm”, thì mới được kinh doanh.

#### 3. Chủ doanh nghiệp thực phẩm lưu giữ hồ sơ gốc.

Theo mục 1 Điều 9 Luật An toàn Thực phẩm: “Chủ doanh nghiệp thực phẩm phải lưu giữ các tài liệu liên quan đến xuất xứ nguyên liệu, bán thành phẩm, thành phẩm” và “Chủ doanh nghiệp thực phẩm phải lưu giữ chủng loại, thời hạn của các tài liệu gốc liên quan đến nguồn gốc của nguyên liệu thô, bán thành phẩm và thành phẩm của sản phẩm”, để thực sự nắm bắt các Nhà cung ứng sản phẩm thượng nguồn, tất cả các Chủ doanh nghiệp thực phẩm phải lưu giữ hồ sơ nguồn gốc sản phẩm và các hồ sơ này phải ghi rõ các thông tin sau:

1. Ngày nhận hoặc số lô.
2. Tên nguyên vật liệu, bán thành phẩm hoặc thành phẩm.
3. Trọng lượng tịnh, khối lượng hoặc số lượng của nguyên vật liệu, bán thành phẩm hoặc thành phẩm.
4. Tên, địa chỉ và thông tin liên hệ khác của Nhà cung ứng (điện thoại hoặc email). Khi Chủ doanh nghiệp thực phẩm nhập khẩu nguyên vật liệu, bán thành phẩm và thành phẩm, các văn bản nêu tại khoản trên có thể được thay thế bằng các văn bản liên quan do Cơ quan có thẩm quyền cấp và phê duyệt cho phép nhập khẩu.

#### **4. Bảo hiểm trách nhiệm sản phẩm đối với Chủ doanh nghiệp thực phẩm**

Theo quy định “Bảo hiểm trách nhiệm sản phẩm đối với Chủ doanh nghiệp thực phẩm”, các Chủ doanh nghiệp nhà hàng có đăng ký kinh doanh, đăng ký Công ty và đăng ký nhà máy phải mua bảo hiểm trách nhiệm sản phẩm đối với thực phẩm do họ sản xuất, chế biến, pha chế, nhập khẩu, hơn nữa nội dung và các hạng mục Hợp đồng bảo hiểm phải bao gồm số tiền bảo hiểm tối thiểu và phạm vi bảo hiểm, để tạo điều kiện cho các Chủ doanh nghiệp thực hiện quản lý độc lập và chia sẻ rủi ro trách nhiệm trong trường hợp xảy ra sự cố vệ sinh an toàn thực phẩm, từ đó mang lại cho người tiêu dùng sự đảm bảo đối với hành vi tiêu dùng thực phẩm của họ.



#### **5. Đưa vào áp dụng nhân viên có chứng chỉ chuyên môn hoặc chứng chỉ kỹ thuật**

Để cải thiện hệ thống quản lý độc lập của các Chủ doanh nghiệp, tăng cường năng lực chuyên môn tố chất của nhân viên trong ngành thực phẩm, các Chủ doanh nghiệp thực phẩm phù hợp với quy mô của ngành cần thuê các chuyên gia hoặc nhân viên chuyên môn phù hợp có chứng chỉ kỹ thuật. Ví dụ, Chủ doanh nghiệp nhà máy sản xuất hộp cơm hộp với quy mô nhất định, nên thuê kỹ thuật viên thực phẩm hoặc chuyên gia dinh dưỡng và nhân viên có chứng chỉ kỹ thuật cụ thể theo tỷ lệ nhất định (như kỹ thuật viên nấu món Trung Hoa v.v...), hy vọng rằng việc đưa nhân viên chuyên môn có năng lực quản lý vệ sinh an toàn thực phẩm, sẽ truyền đạt đến nhân viên phục vụ nhà hàng quan niệm về an toàn thực phẩm đúng đắn.

## Q2. Các Chủ doanh nghiệp nhà hàng phải tuân thủ những trọng điểm của Chuẩn mực vệ sinh chất lượng thực phẩm (GHP) là gì?

Answer 2

### Nhân viên trong ngành



#### Quản lý vệ sinh cá nhân

- 1 Mặc quần áo và đội mũ nón đúng cách trong giờ làm việc, đeo khẩu trang khi cần thiết và thực hiện các thói quen vệ sinh tốt như rửa tay thường xuyên, luôn giữ cho tay sạch sẽ, không để móng tay, sơn móng tay, đeo vòng trang sức.
- 2 Vết thương ở tay phải được băng bó cẩn thận, đeo găng tay chống thấm nước trước khi thực hiện công việc; phải thay găng tay hoặc khử trùng thường xuyên.
- 3 Không được phép hút thuốc, nhai trầu cau, nhai kẹo cao su hoặc các hành vi khác có thể làm ô nhiễm thực phẩm tại cơ sở hoạt động thực phẩm.
- 4 Phải rửa tay hoặc khử trùng theo đúng các bước.




#### Kiểm tra sức khỏe

- 1 Nhân viên phải được khám sức khỏe hàng năm, và lưu giữ hồ sơ.
- 2 Nhân viên được bác sĩ chẩn đoán mắc hoặc lây nhiễm bệnh viêm gan A, bệnh ngoài da tay, phát ban, áp xe, chấn thương, bệnh lao, thương hàn hoặc các bệnh khác có thể gây ô nhiễm thực phẩm, thì trong thời gian mắc bệnh hoặc lây nhiễm bệnh, không được làm công việc tiếp xúc với thực phẩm.



#### Giáo dục đào tạo

- 1 Nhân viên phải được giáo dục đào tạo định kỳ về vệ sinh, an toàn thực phẩm, quản lý chất lượng, và lưu giữ hồ sơ.
- 2 Nhân viên xử lý thực phẩm phải tham gia các khóa giảng dạy hoặc đào tạo về vệ sinh do Cơ quan có thẩm quyền về y tế hoặc Cơ quan (Cơ sở) hữu quan, trường học và Pháp nhân được Cơ quan có thẩm quyền về y tế ủy quyền tổ chức trong quá trình làm việc.

<h2>Nơi làm việc</h2>	
 <p><b>Địa điểm, tòa nhà và cơ sở vật chất</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1 Mặt sàn phải được quét dọn thường xuyên và giữ vệ sinh sạch sẽ; hệ thống thoát nước phải được vệ sinh thường xuyên, giữ cho thông thoáng, tránh mùi hôi; cửa ra vào và cửa sổ phải để thông thoáng, phòng ngừa các vật trung gian truyền bệnh xuất hiện.</li><li>2 Trần, tường, sàn, cửa ra vào, cửa sổ v.v... phải giữ sạch sẽ, không được có lớp sơn bong tróc, hư hỏng hoặc mạng nhện; không được đọng hơi nước trên sàn hoặc trần nhà ngay phía trên chỗ đặt thực phẩm.</li><li>3 Các khu vực có yêu cầu vệ sinh khác nhau, cần được tách biệt và quản lý một cách hiệu quả.</li></ol>
 <p><b>Nơi làm việc của ngành nhà hàng</b></p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1 Nơi rửa cọ phải có đủ nước chảy, nếu không thì phải cung cấp bộ đồ ăn dùng một lần.</li><li>2 Nhà bếp phải duy trì áp suất khí và nhiệt độ phòng thích hợp; các thiết bị chặn dầu phải được vệ sinh thường xuyên và xử lý khói thích hợp, để tránh ô nhiễm.</li><li>3 Đối với các cơ sở nhà hàng không có chỗ ngồi, thì quầy bán hàng cần được tách riêng với các khu vực pha chế, chế biến và thao tác một cách hiệu quả.</li></ol>



## Quản lý vệ sinh cơ sở hạ tầng



### Lắp đặt nhà vệ sinh

- 1 Nhà vệ sinh phải được lắp đặt ở vị trí tránh ô nhiễm nguồn nước, không mở thông với nơi xử lý thực phẩm, hoặc phải có thiết bị đệm để kiểm soát luồng khí, nhằm phòng ngừa ô nhiễm.
- 2 Cần giữ gìn sạch sẽ, gọn gàng để tránh mùi hôi, đồng thời ghi rõ biển chữ “Phải rửa tay sau khi đi vệ sinh”.



### Cơ sở hạ tầng rửa tay tại nơi làm việc

- 1 Phải lắp đặt cơ sở hạ tầng rửa tay và làm khô tay ở vị trí thích hợp, đủ số lượng, treo các biển rửa tay đơn giản, dễ hiểu ở những nơi dễ thấy.
- 2 Có sẵn các phương tiện như nước máy, xà bông, máy sấy tay hoặc giấy lau tay, cung cấp phương tiện khử trùng khi cần thiết, thiết bị rửa tay phải được thiết kế để ngăn ngừa tay đã rửa không bị nhiễm bẩn trở lại.



### Cơ sở hạ tầng cấp nước

- 1 Có đủ lượng nước và thiết bị cấp nước, nước và đá dùng tiếp xúc trực tiếp với thực phẩm và để làm sạch thiết bị, dụng cụ thực phẩm phải đáp ứng tiêu chuẩn chất lượng nước uống.
- 2 Nếu sử dụng nguồn nước ngầm thì phải cách xa ít nhất 15m với các nguồn ô nhiễm như bể tự hoại, bể tích tụ chất thải v.v...
- 3 Bể (tháp, rãnh) chứa nước phải được giữ sạch sẽ và lắp đặt cách xa ít nhất 3 mét với các nguồn ô nhiễm như nơi dơ bẩn, bể tự hoại.





### Quản lý máy móc thiết bị

- 1 Bề mặt tiếp xúc với thực phẩm phải nhẵn, không có vết lõm hoặc vết nứt, và giữ vệ sinh sạch sẽ.
- 2 Các thiết bị và dụng cụ dùng để sản xuất, chế biến, pha chế hoặc đóng gói (đựng) thực phẩm phải được xác nhận là sạch trước khi sử dụng, và rửa sạch sau khi sử dụng; thiết bị và dụng cụ đã được rửa sạch và khử trùng phải tránh không bị nhiễm bẩn lại.
- 3 Công tác rửa sạch và khử trùng thiết bị và dụng cụ phải phòng ngừa không để chất tẩy rửa hoặc chất khử trùng làm ô nhiễm thực phẩm, bề mặt tiếp xúc với thực phẩm và vật liệu đóng gói (đựng).

## Chế độ đảm bảo chất lượng



### Nguồn thực phẩm và nghiệm thu

- 1 Để đảm bảo an toàn nguồn nguyên liệu, cơ sở kinh doanh thực phẩm phải lưu giữ các tài liệu liên quan đến nguồn nguyên liệu sản phẩm, bán thành phẩm và thành phẩm, khi có vấn đề có thể truy xuất nguồn gốc để tránh sản phẩm có nghi vấn. khởi chảy ra nữa.
- 2 Khi mua hàng cũng phải xác nhận việc chấp nhận, những hàng không được chấp nhận phải được đánh dấu rõ ràng và bố trí một khu vực đặc biệt để bảo quản và xử lý đúng cách để tránh sử dụng sai mục đích.



### Quản lý kho hàng và vận chuyển



- 1 Kho hàng phải giữ vệ sinh sạch sẽ, thông thoáng, không để đồ trực tiếp lên trên mặt đất, tuân thủ nguyên tắc “nhập trước, xuất trước”, ghi chép và thực hiện các biện pháp kiểm soát cần thiết, đồng thời phải có biện pháp ngăn chặn ô nhiễm chéo.
- 2 Nhiệt độ sản phẩm của thực phẩm đông lạnh phải được giữ ở mức âm 18 độ C trở xuống; nhiệt độ sản phẩm của thực phẩm làm lạnh phải được giữ trên điểm đóng băng 7 độ C trở xuống; tránh thay đổi nhiệt độ quá đột ngột.
- 3 Phương tiện vận chuyển phải giữ sạch sẽ, hợp vệ sinh, trong quá trình vận chuyển, thực phẩm phải được bảo vệ tránh ánh nắng trực tiếp, mưa, nhiệt độ hoặc độ ẩm thay đổi đột ngột, va đập, tụ nước trong xe, và phải có biện pháp ngăn chặn ô nhiễm chéo.



### Kiểm soát chất lượng quá trình sản xuất

- 1 Cần tránh ô nhiễm chéo trong quá trình chuẩn bị, và phải giữ sạch thiết bị, đồ dùng và bộ đồ ăn được sử dụng. Trong quá trình thao tác và bảo trì, phải tránh ô nhiễm thực phẩm.
- 2 Nguyên tắc làm nóng kỹ các món ăn đã chế biến là duy trì nhiệt độ thích hợp trong quá trình bảo quản và cung cấp; khi bảo quản thực phẩm và bộ đồ ăn, phải có các thiết bị vệ sinh chống bụi, chống côn trùng; các món ăn mua ngoài cũng cần được đảm bảo an toàn vệ sinh.
- 3 Khi tổng hàm lượng hợp chất phân cực của dầu ăn dùng để chiên rán (total polar compounds) đạt trên 25%, thì không được tái sử dụng, và phải thay toàn bộ bằng dầu mới.



	<p>4 Chủ doanh nghiệp thực phẩm nên phái nhân viên quản lý tế điền vào hồ sơ quản lý tế hàng ngày đối với tình hình quản lý tòa nhà, cơ sở vật chất cũng như vệ sinh, nội dung bao gồm cả các công tác tế được quy định trong Chuẩn mực GHP.</p>
 <p><b>Hóa chất và dụng cụ vệ sinh và khử trùng</b></p>	<p>1 Thuốc dùng cho môi trường, chất tẩy rửa, chất khử trùng và hóa chất độc hại dùng để phòng ngừa vật trung gian truyền bệnh, phải phù hợp với quy định luật pháp, được dán nhãn rõ ràng, bảo quản ở nơi cố định và có chuyên viên được chỉ định chịu trách nhiệm bảo quản và ghi chép lượng sử dụng.</p> <p>2 Tại nơi chế biến thực phẩm không được lưu trữ hóa chất, trừ những hóa chất cần thiết để giữ vệ sinh.</p> <p>3 Các chất hóa học độc hại phải được ghi rõ độc tính, cách sử dụng và biện pháp xử lý khẩn cấp.</p>
 <p><b>Xử lý chất thải</b></p>	<p>1 Chất thải không được chất đống tùy tiện bên trong và xung quanh nơi xử lý thực phẩm, để phòng ngừa sự sinh sản của vật trung gian truyền bệnh; chất thải phải được loại bỏ và xử lý theo quy định Luật Xử lý Chất thải và các quy định liên quan khác.</p> <p>2 Cần bố trí các cơ sở hạ tầng lưu trữ đặc biệt để xử lý các chất thải như hóa chất, chất phóng xạ, vi sinh vật gây hại, sản phẩm thổi rửa hoặc tái chế hết hạn sử dụng có thể gây nguy hiểm cho cơ thể con người và an toàn vệ sinh thực phẩm.</p>



### **Q3. Chủ doanh nghiệp thực phẩm phải làm gì nếu phát hiện thức ăn do mình chế biến bị nghi ngờ gây ngộ độc thực phẩm?**

#### **Answer 3**

Theo mục 5 Điều 7 Luật An toàn Thực phẩm: “Khi Chủ doanh nghiệp thực phẩm phát hiện sản phẩm có nguy cơ gây hại cho sức khỏe và an toàn, thì phải dừng ngay việc sản xuất, chế biến, bán, tái chế, và thông báo cho Cơ quan có thẩm quyền trực thuộc huyện (thị), thành phố.” Để phòng ngừa tình trạng ngộ độc thực phẩm lan rộng, nếu Chủ doanh nghiệp phát hiện sản phẩm của mình có thể gây ngộ độc thực phẩm, thì phải dừng các hoạt động kinh doanh như sản xuất và bán hàng, đồng thời thông báo cho Cục Y tế thuộc Chính quyền các địa phương để thực hiện điều tra và xử lý tiếp theo.

Tùy thuộc vào tình hình điều tra, Cục Y tế thuộc Chính quyền các địa phương có thể yêu cầu Chủ doanh nghiệp cải thiện các điều kiện an toàn vệ sinh như môi trường, thiết bị, nhân sự, để phù hợp với các quy định, pháp nhân viên trong ngành thực phẩm có liên quan đến tham gia khóa giảng dạy về vệ sinh phòng ngừa ngộ độc thực phẩm; nếu sau này cần thiết, cũng sẽ hỗ trợ và giám sát Chủ doanh nghiệp thực hiện các công tác thu hồi, tiêu hủy, để tránh các sản phẩm có vấn đề tái nhập thị trường.



## Chương người dân

### Q. Người tiêu dùng nên làm gì nếu nghi ngờ bị ngộ độc thực phẩm?

#### Answer

Nếu người dân cảm thấy không khỏe do nghi ngờ ngộ độc thực phẩm, phải khẩn trương đi khám, và phối hợp với Cơ quan Y tế điều tra làm rõ nguyên nhân gây ngộ độc thực phẩm. Nếu Cơ sở Y tế phát hiện bệnh nhân nghi ngờ ngộ độc thực phẩm, cũng phải thông báo cho Đơn vị Y tế trong vòng 24 giờ (xem Phụ lục 3 số điện thoại thông báo).



# Phòng ngừa ngộ độc thực phẩm



Ồ... nhiều quy định như vậy, liệu phương pháp nào là đơn giản hơn hết để phòng ngừa ngộ độc thực phẩm?

Bằng cách thực hiện nguyên tắc “Năm điều phải làm, 2 điều không được làm” về phòng ngừa ngộ độc thực phẩm, là có thể giảm nguy cơ ngộ độc thực phẩm!



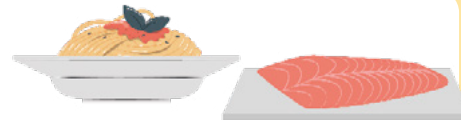
## 1 Phải rửa tay

Duy trì thói quen vệ sinh lành mạnh, rửa tay kỹ trước bữa ăn, sau khi đi vệ sinh, trước và sau khi xử lý thức ăn, nếu có vết thương thì phải băng bó cẩn thận.



## 2 Phải tươi

Nguyên liệu thực phẩm phải tươi, và nước sử dụng phải hợp vệ sinh.



## 3 Phải để riêng thực phẩm sống và chín

Sử dụng các dụng cụ khác nhau để xử lý và đựng thực phẩm sống và chín, tránh lây nhiễm chéo.



#### 4 Phải nấu chín kỹ

Thức ăn cần được đun sôi trong một khoảng thời gian (nhiệt độ trung tâm vượt quá 70°C), mới có thể dễ dàng loại bỏ vi khuẩn.

#### 5 Phải chú ý đến nhiệt độ bảo quản

Bảo quản dưới 7°C, thực phẩm đã nấu chín hoặc dễ hỏng nên bảo quản dưới 5°C. Không nên để thực phẩm ở nhiệt độ trong phòng quá lâu.



#### 1 Không được uống nước suối núi.



#### 2 Không được ăn động vật, thực vật không rõ nguồn gốc.