

สื่อสารความเสี่ยงอาหารปลอดภัยภายในประเทศ

สำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย (สสอป.)
Bureau of Food Safety Extension and Support



สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข
Office of the Permanent Secretary : Ministry of public Health

ฉบับที่ 9 /2564

รับประทานอาหารทะเลอย่างไร ให้ปลอดภัยจากโควิด-19



ภาพจากอินเทอร์เน็ต

จากกรณีพบผู้ป่วยโควิด-19 (COVID-19) ในตลาดกลางกุ้ง ทำให้ประชาชนหลายคนกังวล ไม่กล้าซื้อและรับประทานอาหารทะเล โดยในเรื่องนี้ สำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย(สสอป.) ขอให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารทะเลและเชื้อไวรัสโควิด-19 ดังนี้

เชื้อไวรัสโควิด-19 อยู่ในอุณภูมิต่ำ ซึ่งส่วนมากอาหารทะเลมักจะต้องทำความเย็นหรือแช่แข็งเพื่อรักษาคุณภาพอาหาร ทั้งนี้เชื้อไวรัสโควิด-19 ไม่ได้เกิดจากอาหารทะเลโดยตรง แต่อาจเป็นแหล่งแพร่กระจายเชื้อได้ จากกรณี ชาวประมง ผู้ขาย ผู้สัมผัสอาหาร มีการติดเชื้อโควิด-19 แต่ยังไม่แสดงอาการ แล้วสัมผัสหรือ ไอจามใส่อาหาร ทำให้มีความเป็นไปได้ที่เชื้อจะปนเปื้อนอยู่ในอาหารทะเลหรือภาชนะห่อหุ้ม ดังที่เคยเป็นข่าวพบเชื้อไวรัสในปลาแซลมอน , กุ้ง ในต่างประเทศ อย่างไรก็ตาม อาหารทะเลยังสามารถรับประทานได้ แต่ต้องคำนึงและให้ความสำคัญตั้งแต่ขั้นตอนการผลิต หรือจับมาจากชาวประมง การขนส่ง การจำหน่าย การเตรียมประกอบอาหาร โดยในทุกขั้นตอน ให้คำนึงเรื่องความสะอาดและความปลอดภัยในการจับสัมผัสอาหารทะเลแช่เย็นหรือแช่แข็ง

ด้วยความห่วงใยจากสำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย (สสอป.) ขอแนะนำข้อปฏิบัติ เพื่อให้การรับประทานอาหารทะเล ปลอดภัยจากโควิด-19 ดังนี้

1. ภาคขนส่ง ต้องมีมาตรการควบคุมดูแลเรื่องความสะอาด การป้องกันการแพร่กระจายเชื้อตลอดเส้นทางของอาหาร
2. ภาคอุตสาหกรรมอาหารทะเล ควรหมั่นตรวจหาเชื้อไวรัส covid-19 ในพนักงาน เพราะผู้ติดเชื้อจำนวนหนึ่ง อาจไม่มีอาการของโรค และให้มีมาตรการคัดกรองใช้พนักงานก่อนเข้าสถานที่ปฏิบัติงาน รวมทั้งให้สวมหน้ากากอนามัย ขณะปฏิบัติงานตลอดเวลา
3. สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งที่ออกจากบ้าน และหลีกเลี่ยงการไปในที่คนแออัด รวมทั้งวางแผนการซื้อสินค้า เพื่อใช้เวลาในการเลือกซื้อให้น้อยที่สุด
4. การสัมผัสอาหารทะเลหรืออาหารดิบ ต้องสวมถุงมือทุกครั้ง ควรใช้อุปกรณ์หยิบจับเพื่อลดการสัมผัสโดยตรง และไม่หยิบอาหารทะเลสดขึ้นมาดมกลิ่นพิสูจน์ว่าสดหรือไม่
5. อาหารทะเลแช่เย็น/แช่แข็ง เมื่อนำกลับมาบ้าน ให้ใช้น้ำสะอาดล้างภาชนะข้างนอกที่ห่อหุ้มก่อนนำไปประกอบอาหาร
6. ล้างอาหารทะเลด้วยน้ำสะอาดในปริมาณที่มากพอ และต้องทำความสะอาดมือด้วยน้ำสบู่ ถ้าเป็นไปได้ควรใส่ถุงมือ และล้างถุงมือ หรือใช้ถุงมือแบบครั้งเดียวแล้วทิ้ง
7. ควรล้างมือให้สะอาดก่อนจับต้องใบหน้าทุกครั้ง
8. การประกอบอาหารต้องปรุงสุกด้วยความร้อน เนื่องจากเชื้อไวรัสโควิด-19 สามารถถูกทำลายด้วยความร้อน 56 องศาเซลเซียส นานครึ่งชั่วโมง และถ้าความร้อนสูงขึ้นระยะเวลา ก็จะสั้นลง โดยทั่วไปแล้ว ถ้าความร้อนสูงกว่า 85 องศาเซลเซียส ก็จะมั่นใจในการทำลายไวรัสได้ และถ้าต้มให้เดือดที่อุณหภูมิ 100 องศาเซลเซียส ไวรัสจะถูกทำลายทันที
9. **งดรับประทานอาหารทะเลแบบดิบ หรือกึ่งสุกกึ่งดิบ**
10. ยึดมาตรการ ล้างมือ กินร้อน ใช้ช้อนส่วนตัว ไม่ใช้ภาชนะร่วมกับคนอื่น

หากผู้บริโภคสงสัยว่าอาหารและผลิตภัณฑ์อาหารมีลักษณะไม่เหมาะสม ไม่ปลอดภัย หรือมีลักษณะผิดปกติ หรือเป็นของปลอม สามารถแจ้งได้ที่ สำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย (สสอป.) โทร 02 590 1622 สายด่วน อย. 1556 และสายด่วน ปคบ. 1135 หรือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดทั่วประเทศ

แหล่งที่มาของข้อมูล

1. เว็บไซต์ facebook นพ.ยง ภู่วรวรรณ เรื่อง โควิด-19 กับอาหารทะเล
เว็บไซต์: <https://www.facebook.com/นพยง-ภู่วรวรรณ-108692177438990/>
2. เว็บไซต์ สำนักสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง สธ. เร่งตรวจเชิงรุกหาผู้สัมผัสเพิ่ม
เว็บไซต์: <https://pr.moph.go.th?url=pr/detail/2/04/151271/>
3. เว็บไซต์ กรมอนามัย ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา เรื่อง คำแนะนำด้านสาธารณสุขเพื่อการจัดการภาวะระบาดของโรคโควิด-19
เว็บไซต์: http://hpc9.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=2886&filename=index
4. แนวทางการดำเนินการเรื่อง โรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สำหรับสถานประกอบการ, กองโรคจากการประกอบอาชีพและสิ่งแวดล้อม กรมควบคุมโรค, กระทรวงสาธารณสุข



อาหารปลอดภัยกับ สสอป.

Line ID : @foodsafety

ข่าวสารเตือนภัยภายในประเทศ 22/ 12/ 63