



خانواده ها در طول سفر از نگهداری و مصرف غذاهای پخته شده خودداری کنند

بهداشت مواد غذایی یکی از مهم‌ترین موضوعاتی است که در میزان سلامتی افراد جامعه موثر است.

سلامت نیوز: بهداشت مواد غذایی یکی از مهم‌ترین موضوعاتی است که در میزان سلامتی افراد جامعه موثر است.

معاون مرکز سلامت و محیط کار وزارت بهداشت در گفتگو با خبرنگار وبدا گفت: با توجه به شروع سال جدید، افزایش تعداد مسافرت‌ها و جابه جایی خانواده‌ها از شهرهای خود به شهرهای دیگر، خانواده‌ها باید توجه ویژه‌ای به نوع تغذیه خود و مواد غذایی مصرفی در طول مسافرت داشته باشند.

مهندس سیدرضا غلامی درباره رعایت نکات بهداشتی در جهت حفظ و ارتقای سلامت خانواده‌ها در طول مسافرت ابراز داشت: تاکید وزارت بهداشت این است که در هیچ شرایطی همراه خود غذاهای پخته را حمل نکنند چه با وسایل شخصی و چه وسایل عمومی سلامت غذا دچار تهدیدهای جدی می‌شود چرا که غذاهای پخته باید در دمای زیر 4 درجه یا بالای 60 درجه نگهداری شوند و به همین خاطر خانواده‌ها از حمل مواد پخته خودداری کنند.

وی اضافه کرد: پیشنهاد می‌شود که تمامی محصولات و مواد غذایی فرآوری شده مثل مرغ، گوشت و ماهی را از همان شهری که در آن مصرف می‌کنند خریداری کنند و اگر مجبور به حمل آن از مبداء خود شدند طوری آن را نگهداری کنند که از یخ‌زدگی خارج نشده و به طور غیرمستقیم (در کیسه یا ظرف دربسته) در مجاورت یخ قرار گیرد تا درجه حرارت خود را حفظ کرده و فاسد نشود ولی در هر صورت توصیه وزارت بهداشت این است که این مواد غذایی به صورت تازه خریداری شود.

معاون مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت تصریح کرد: در خصوص مصرف تنقلات مخصوصاً برای کودکان توصیه می‌شود که از تنقلات سنتی مثل آجیل استفاده شود و در صورت خرید پفک، چیپس و لواشک (در صورت اصرار کودکان) برای تفنن از مواد بسته‌بندی دارای مجوز استفاده کرده و دقت کنند که به هیچ عنوان پفک و چیپس زیرنور آفتاب قرار نگرفته باشد و دارای تاریخ تولید و انقضاء باشد.

مهندس غلامی در خصوص نشانه‌های فاسد شدن تنقلات مصرفی کودکان اظهار داشت: بوی نامطبوع و مزه تلخ تنقلات نشانه‌هایی از فساد آن محصول است و والدین حتماً محصولاتی را که کودکان می‌خواهند مصرف کنند را بچشد و از مراکزی خرید کنند که اولاً حداقل شرایط بهداشتی را داشته باشد و دارای کارت معاینه پزشکی باشد.

وی با بیان اینکه ظاهر مراکز خرید از اهمیت ویژه‌ای در سلامتی محصول برخوردار است گفت: اگر افراد با مراکز آشفته و به هم ریخته مواجه شدند برای اهمیت به سلامتی خود از آن مرکز خرید نکنند چرا که کسی که به ظاهر توجه نکند به سلامت و کیفیت محصولات هم توجه چندانی نخواهد داشت و همچنین خانواده‌ها به هیچ وجه مواد غذایی را از دکه‌داران و دست فروشان خریداری نکنند.

مهندس غلامی خاطرنشان کرد: توصیه می‌شود اگر خانواده‌های می‌خواهند با قرار گرفتن در مکان‌های تفریحی خود به پخت غذا بپردازند حتماً از مواد اولیه سالم (مثل گوشتی که مهر دامپزشکی دارد) استفاده کنند و محصولات خود را از مراکز مجاز تهیه کنند.

وی در خصوص نشانه‌های فاسد شدن گوشت و فرآورده‌های مرغ و ماهی گفت: تنها بوی بد و رنگ نامناسب نشانه فساد این مواد نیست بلکه اگر 4 تا 3 ساعت این مواد در هوای آزاد قرار گیرد و بدون یخ باشد دچار فساد شده و هیچ علامت خاصی ندارد و تنها درجه حرارت نامناسب برای فساد مرغ، گوشت و ماهی کافی است.

مهندس غلامی ادامه داد: بهترین مواد برای مصرف در طول مسافرت نان و پنیر استفاده از غذای سالم و تازه است و باید توجه کرد که تخم‌مرغ پخته هم اگر بیشتر از 2 ساعت در هوای آزاد باقی بماند دچار فساد می‌شود.

رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت درخصوص مصرف کنسروها در طول مسافرت گفت: مصرف کنسروها در صورت توجه به تاریخ انقضاء، تولید و دستورات روی قوطی مشکلی ایجاد نمی‌کند و اگر قوطی کنسرو دارای برآمدگی بود و با فشار دوطرف بر سر جای خود برگشت، نشان از فساد آن محصول دارد ولی اگر برآمدگی در يك سمت بود و در صورت فشار به جای خود برگشت از لحاظ سلامتی و مصرف مشکلی ایجاد نمی‌کند.