

รับประทานอาหารทะเลอย่างไร ให้ปลอดภัยจากโควิด-19



ข้อปฏิบัติเพื่อให้การรับประทาน อาหารทะเลปลอดภัยจากโควิด-19



1. สวมหน้ากากอนามัย
สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งที่ออก
จากบ้าน และหลีกเลี่ยงสถานที่แออัด



2. การล้างมือสะอาดทะเลหรือ
อาหารดิบ
ต้องสวมถุงมือทุกครั้ง ควรใช้อุปกรณ์
หยิบจับ เพื่อลดการสัมผัสโดยตรง
และไม่หยิบอาหารทะเลสดขึ้นมาตักกิน
ที่สุ่มคิดว่าสดหรือไม่



3. การซื้ออาหารทะเลแช่เย็น/แช่แข็ง
เมื่อนำกลับมาบ้าน ให้ใช้น้ำสะอาดล้าง
ภาชนะข้างนอกที่ห่อหุ้มก่อนนำไป
ประกอบอาหาร



4. ล้างมือ
ควรล้างมือให้สะอาดก่อนจับใบหน้าที่
ทุกครั้ง



5. ล้างอาหารทะเลด้วยน้ำสะอาด
ในปริมาณที่มากพอ, สวมถุงมือ
และต้องทำความสะอาดมือด้วยน้ำสบู่



6. การประกอบอาหาร
ต้องปรุงสุกด้วยความร้อนสูงกว่า
70 องศาเซลเซียส นาน 5 นาทีขึ้นไป



7. งดรับประทานอาหารทะเล
แบบดิบ หรือกึ่งสุกกึ่งดิบ



8. ยึดมาตรฐาน ล้างมือ กินร้อน
ใช้ช้อนส่วนตัว ไม่ใช้ภาชนะร่วม
กับคนอื่น



9. ภาคขนส่ง
ต้องมีมาตรการเรื่องความสะอาด
ป้องกันตลอดเส้นทางของอาหาร



10. ภาคอุตสาหกรรมอาหารทะเล
ควรหมั่นตรวจเชื้อไวรัสในพนักงาน
และให้มีมาตรการคัดกรองใช้พนักงาน
ก่อนเข้าทำงานรวมถึงให้สวมหน้ากาก
อนามัยตลอดเวลา



สำนักส่งเสริมและสนับสนุนอาหารปลอดภัย สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข