



المملكة العربية السعودية  
وزارة الشؤون البلدية والقروية  
وكالة الوزارة للشؤون البلدية  
الإدارة العامة لصحة البيئة  
إدارة المواد الغذائية

# نحو غذاء آمن



٢٠٠٩م / ١٤٣٠هـ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



المملكة العربية السعودية  
وزارة الشؤون البلدية والقروية  
وكالة الوزارة للشؤون البلدية  
الإدارة العامة لصحة البيئة  
إدارة المواد الغذائية

## نحو غذاء آمن



١٤٣٠هـ / ٢٠٠٩م

٣) وزارة الشؤون البلدية والقروية، ١٤٣٠هـ

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

وزارة الشؤون البلدية والقروية

نحو غذاء آمن. / وزارة الشؤون البلدية والقروية.

- الرياض، ١٤٣٠هـ

٣٦ صفحة، ١٢ × ١٥ سم

ردمك: ٧-٢٨-٢٠٠٨-٨٠٠٢-٦٠٢-٩٧٨

١. الأغذية ٢. تلوث الغذاء أ. العنوان

١٤٣٠/٨٠٥٣

ديوي ٣١، ٦١٤

رقم الإيداع: ١٤٣٠/٨٠٥٣

ردمك: ٧-٢٨-٢٠٠٨-٨٠٠٢-٩٧٨

## مقدمة

تم إعداد هذا الكتيب بغرض التعرف على مصادر تلوث الأغذية بالملوثات الميكروبية التي تؤدي لفسادها وتساهم في حدوث حالات التسمم الغذائي مع العمل على تلافي حدوثه ومنعه وبالتالي الحد من التسمم الغذائي عن طريق تناول غذاء صحي آمن. ولقد تم إعداد هذا الكتيب بشكل مبسط لتوعية جميع العاملين في مجال الأغذية والمستهلكين بمخاطر تلوث الأغذية والعوامل التي تساعد على حدوثه والوقاية منه وكيفية كسر سلسلة التسمم الغذائي باتباع الأساليب السليمة في جميع مراحل إعداد وتجهيز الغذاء.

## قائمة المحتويات

٥	مقدمة
٧	البكتيريا والتسمم الغذائي
٩	الظروف الملائمة لنمو وتكاثر البكتيريا
١١	التلوث بالبكتيريا
١٣	التلوث الخلطي بين الأغذية
١٥	مصادر التلوث بالبكتيريا
١٧	انتقال البكتيريا للأغذية
١٩	الأغذية الأكثر خطورة
٢١	منع التلوث بالبكتيريا
٣٤	كسر سلسلة التسمم الغذائي



## البكتيريا والتسمم الغذائي

### البكتيريا:

- كائنات حية صغيرة جدا لا ترى بالعين.
- بعضها غير ضار.
- بعضها ضار جدا ويسبب:
  - ◀ فساد الطعام والشراب.
  - ◀ الأمراض.
  - ◀ التسمم الغذائي.
- توجد في كل وأي مكان:
  - ◀ الهواء.
  - ◀ الماء.
  - ◀ التربة.





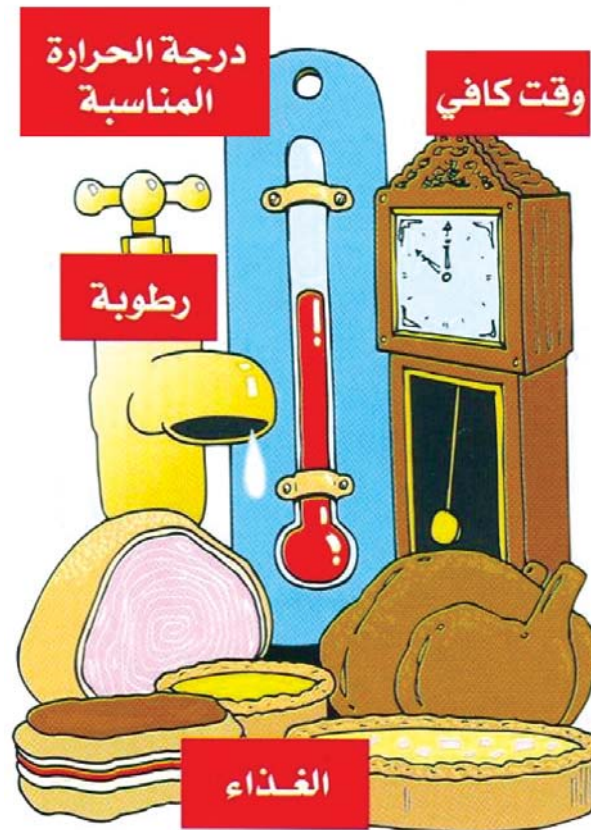
## الظروف الملائمة لنمو وتكاثر البكتيريا :

الأغذية بيئة صالحة لنمو وتكاثر البكتيريا بشرط توافر:

- ▶ الرطوبة.
- ▶ درجة حرارة مناسبة من ٢٠م° إلى ٥٠م°.
- ▶ الوقت الكافي.
- ▶ حموضة مناسبة.
- ▶ ظروف هوائية مناسبة.

هل تعلم أن خلية واحدة تصل إلى مليون خلية بعد ٧ ساعات

على درجة الحرارة العادية؟



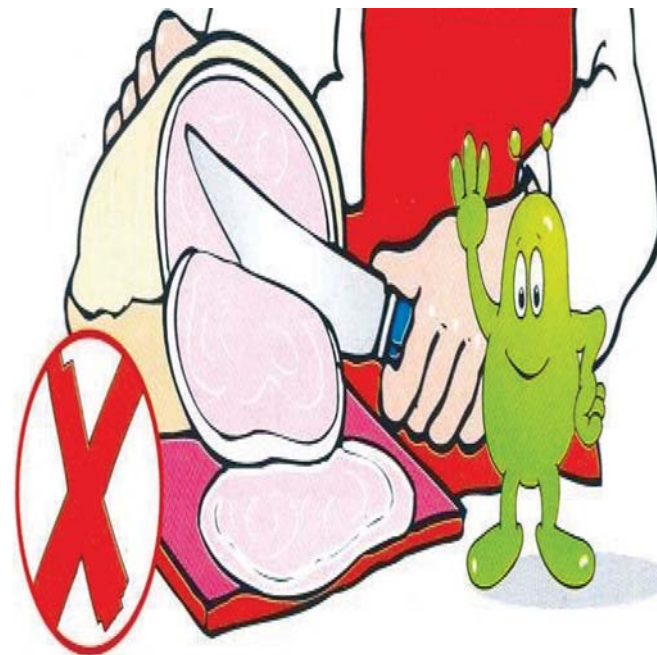


## التلوث بالبكتيريا :

تلوث:

- أسطح التشغيل.
- الأدوات والمعدات.
- العاملين.
- المواد الغذائية الأولية.

وتنتقل إلى الأغذية شديدة الخطورة سريعة التلف مما يؤدي إلى فسادها أو حدوث التسمم الغذائي.





## التلوث الخلطي بين الأغذية:

هو انتقال البكتيريا من الأغذية الملوثة غير المطهية إلى

الأغذية الجاهزة عن طريق:

- ◀ التلامس المباشر بينهما.
- ◀ سقوط قطرات السائل المنفصل عند صهر الدواجن والأسماك المجمدة على الأغذية الأخرى.
- ◀ أيدي العاملين الغير نظيفة والملوثة.
- ◀ المعدات والأدوات وأسطح التشغيل الملوثة.



لذلك يجب العمل على منع التلوث الخلطي بحفظ الأغذية

الخام وغير المطهية بعيدة أو منفصلة عن الأغذية سابقة

التجهيز بتجنب النقاط السابقة.

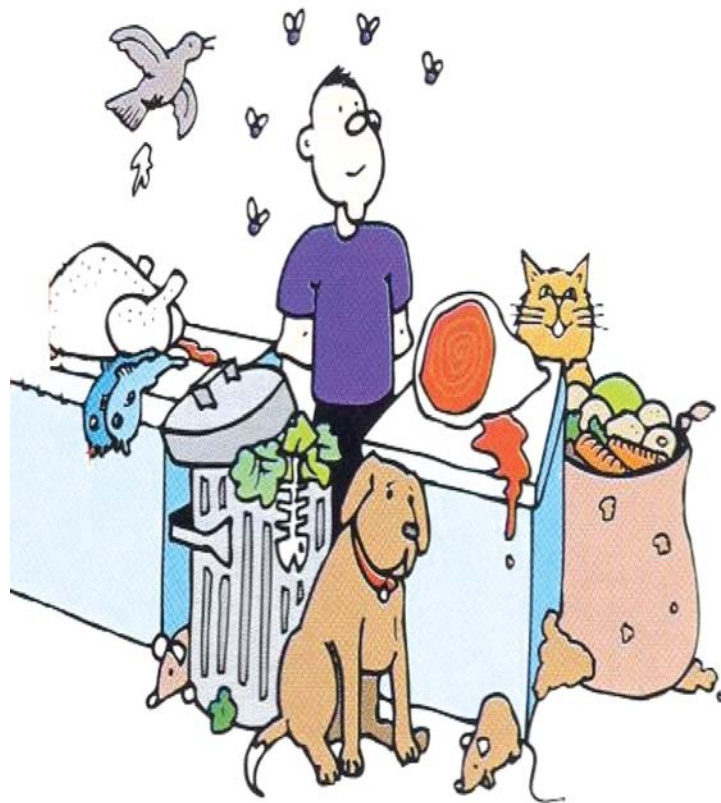






## مصادر التلوث بالبكتيريا:

- ◀ العاملون.
- ◀ الأغذية الخام غير المطهية.
- ◀ الحشرات والقوارض.
- ◀ الماء الملوث.
- ◀ الهواء الملوث.
- ◀ المستودعات.
- ◀ الأدوات والمعدات.
- ◀ التجهيز والإعداد.
- ◀ التربة.





## انتقال البكتيريا للأغذية :

يوجد ناقلات للتلوث بالبكتيريا أهمها:

- أيدي العاملين. <
- الملابس. <
- معدات المطبخ وغيرها. <
- أسطح التشغيل التي تتلامس مع الأيدي والأغذية. <
- الحشرات والقوارض. <



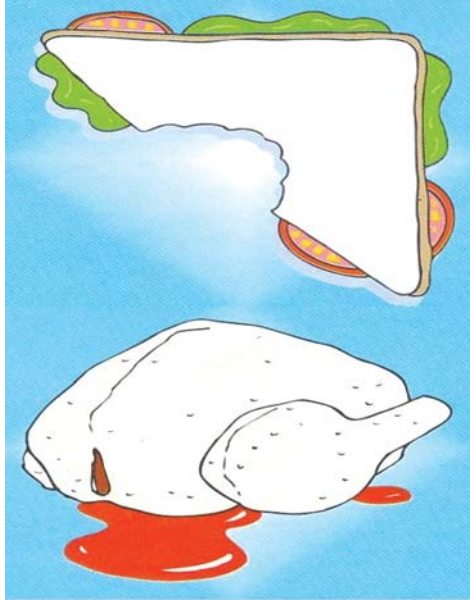


## الأغذية الأكثر خطورة:

وهي الأكثر عرضه للفساد وتسبب حالات التسمم الغذائي

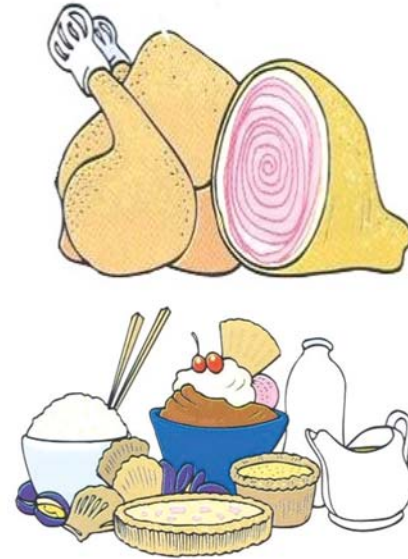
- ◀ الأغذية الجاهزة للأكل.
- ◀ الأغذية التي تؤكل نيئة دون طهي.
- ◀ الأغذية سريعة التلف.
- ◀ الأغذية غير تامة الطهي.





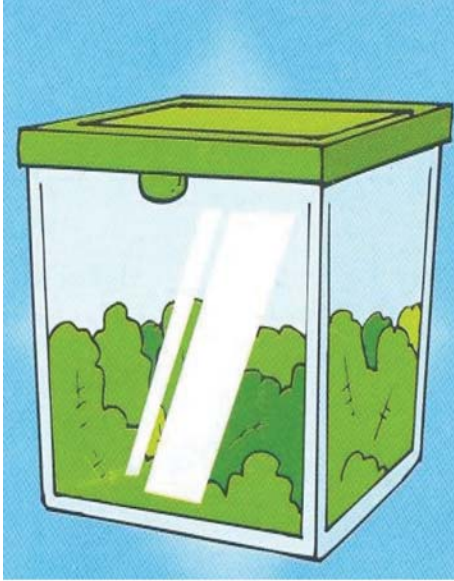
### منع التلوث بالبكتيريا :

الفصل التام بين الغذاء المعد للاستهلاك والأغذية غير المطهية.



### هل تعلم أن..؟

اللحوم والدواجن والأسماك والبيض والخضر والفواكه الطازجة والحلويات والحليب ومنتجاته والآيس كريم من الأغذية سريعة التلوث والتي تسبب التسمم الغذائي ما لم يتم تناولها بالطرق الصحية.



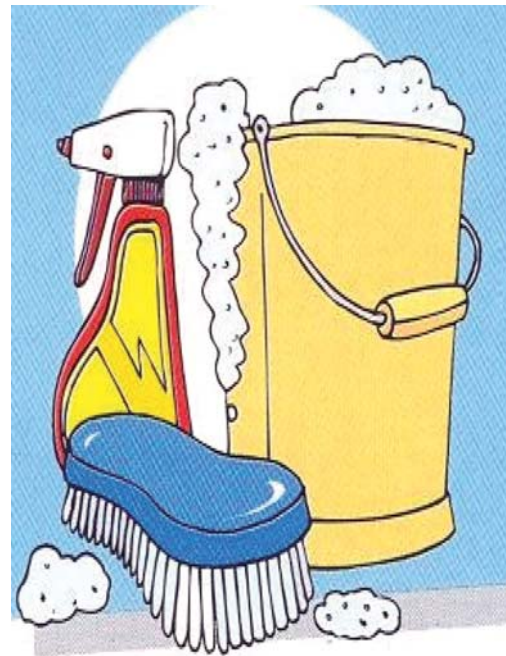
- استخدام حاويات مغلقة في نقل وتخزين الأغذية والسلطات.
- تغطية أوعية الأغذية المطهية.



- اتباع الطرق الصحية والتخلص الآمن من الفضلات والمخلفات والأغذية التالفة وغير الصالحة.
- تغطية حاوية المخلفات.



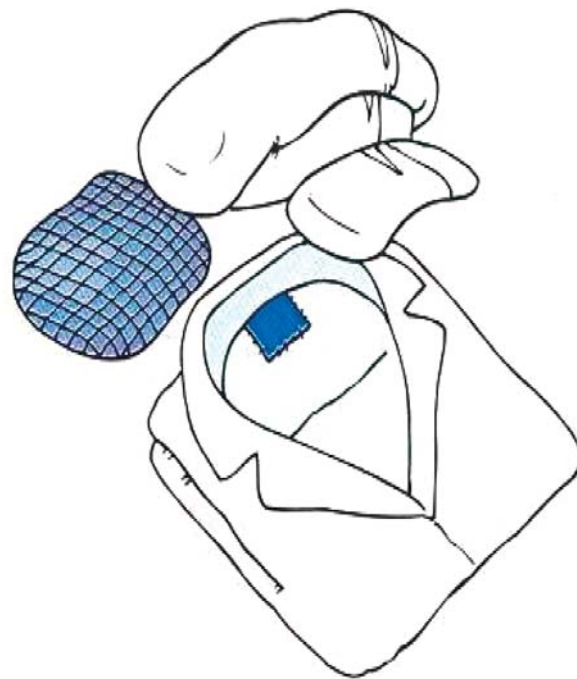
العمل على نظافة وتطهير الأسطح والأدوات  
الملامسة مباشرة للغذاء.



اتباع قواعد التنظيف والتطهير باستمرار.



◀ تقليل تداول وملامسة الأغذية بالأيدي كلما أمكن ذلك.



◀ ارتداء ملابس نظيفة.



الإبلاغ فور إصابة أحد العاملين بأحد الأمراض التي تنتقل عن طريق الغذاء وتجنب العمل بتداول الأغذية قبل الشفاء التام.

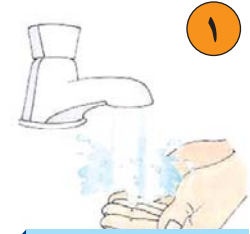


المظهر الصحي للعاملين في تداول الأغذية.

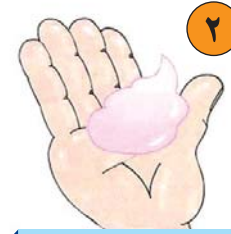




◀ اتباع القواعد الأساسية السليمة في عملية غسل وتطهير الأيدي.



١  
بلل يديك  
جيدا بالماء



٢  
استعمل صابون من  
النوع المعتمد



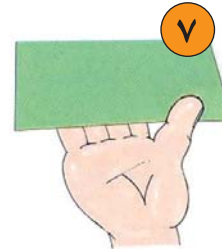
٣  
افرك راحتي اليدين  
ببعضهما البعض



٤  
افرك  
الأصابع



٥  
افرك  
الإبهامين



٧  
استعمل منشفة  
ورق للتنشيف



٦  
اشطف  
يديك جيدا



٨  
أغلق الحنفية  
بواسطة منشفة ورق



كافح الحشرات والقوارض. <



تجنب العادات الغير صحية والسلوك الشخصي  
المعييب. <



## كسر سلسلة التسمم الغذائي



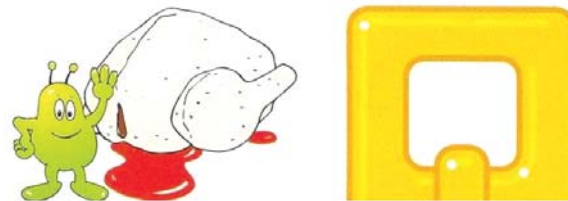
اتبع وسائل القضاء على ميكروبات التسمم الغذائي

بالطهي الجيد



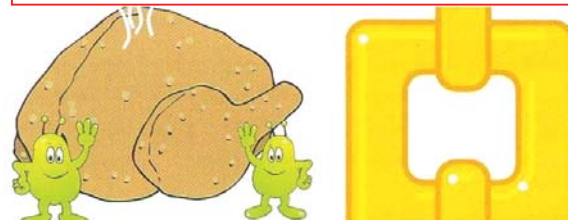
العمل على منع حدوث التسمم الغذائي

بعدم ترك الغذاء على درجة حرارة الغرفة إلا في حدود ضيقة ولأقصر فترة ممكنة وعند الضرورة



اتخذ الإجراءات التي توقف التلوث

بالفصل بين الأغذية الخام وغير المطهية والأغذية الحساسة سريعة التلف وشديدة الخطورة



اتخذ الإجراءات التي تمنع تكاثر ونمو البكتيريا

يحفظ الطعام في الثلاجات تحت درجة ٥°م



رقم الإيداع: ١٤٣٠/٨٠٥٣

ردمك: ٧ - ٢٨ - ٨٠٠٨ - ٦٠٣ - ٩٧٨