Norovírus: Informácie pre potravinárov

Norovírus patrí medzi vysokonákazlivý vírus. Ochorenie sa prejavuje hnačkou, vracaním a bolesťou brucha. Každý, kto pracuje s potravinami by mal vedieť o tomto vírusu.

Nakazené osoby norovírusom môžu kontaminovať potraviny

Norovírus je hlavnou príčinou ochorení z kontaminovaných potravín. Vírus môže ľahko kontaminovať potraviny, pretože je veľmi infekčný. Stačí len malé množstvo vírusových častíc (menej ako 100), aby niekto ochorel.

Jedlo môže byť kontaminované keď:

- infikovaní ľudia, ktorí majú stolicu alebo zvratky na rukách sa dotknú potravín,
- je umiestnené na pultoch alebo povrchom znečistených infekčnou stolicou alebo zvratkami,
- drobné kvapky zvratkov od infikovanej osoby sa dostanú vzduchom na jedlo.

Potraviny, ktoré môžu byť tiež kontaminované. Napr.:

- ustrice zbierané z kontaminovanej vody,
- ovocie a zelenina kontaminované v záhrade.

Potravinári s norovírusou infekciou môžu šíriť vírus na iných

Ľudia s norovírusou infekciou môže vylučovať až miliardu norovírusových častíc.

Najväčšie obdobie nákazlivosti -

- keď je osoba chorá,
- počas prvých 3. dní po vyzdravení.

Ak manipulujete s potravinami a máte norovírusovú nákazu môžete nakaziť druhých. Ľahko môžete nakaziť jedlo a nápoje, keď sa ich dotýkate.

Ľudia, ktorí konzumujú takéto potraviny a nápoje sa môžu nakaziť norovírusom a ochorieť. A to môže spôsobiť epidémiu.

Epidémie norovírusovej infekcii sa vyskytuje v domovoch dôchodcov, nemocniciach, reštauráciách, výletných lodiach, školách, spoločenských sálach, letných táboroch a dokonca aj na rodinných oslavách.

Vysoké % epidémií súvisiacich s potravinami je spôsobené Norovírusmi. V mnohých prípadoch sa práve nakazení potravinári podieľali na šírení norovírusu.

Vysoké % epidémií z potravín je zapríčinené norovírusmi.

Potraviny, ktoré sa podieľajú na epidémii-

- listová zelenina (šalát)
- čerstvá zelenina
- kôrovce (napr. ustrice)

Akékoľvek jedlo podávané surové alebo tepelne spracované môže byť sekudárne kontaminované.

5 tipov na prevenciu šírenia Norovírusov

1. Dôkladne si umývať ruky

Vždy si dôkladne umyte ruky s mydlom a vodou:

- po použití toalety, výmene plienky
- pred jedlom, prípravou a manipuláciou s potravinami.

Alkoholové dezinfekčné prípravky na ruky môžu byť použité ako prídavok k umývaniu rúk. Nemali by si používať ako náhrada za mydlo a vodu.

Pozrite FDA Employee Health and Personal Hygiene Handbook (http://www.fda.gov/Food/FoodSafety/RetailFoodProtection/IndustryandRegulatoryAssistanceandTrainingResources/ucm113827.htm)

2. Dôkladne umyť zeleninu i potraviny a dostatočne tepelne upraviť morské plody

Starostlivo umyte ovocie a zeleninu pred prípravou a ich konzumáciou. Dostatočne tepelne upravte morské plody (ustrice, iné mäkkýše a kôrovce) pred ich konzumáciou.

Treba si uvedomiť, že novorvírus je veľmi odolný virus, ktorý je schopný prežiť teplotu 140°F (60°C) počas varenia.

Potraviny, ktorú sú kontaminované norovírusmi sa nesmú použiť na konzumáciu.

3. Nepripravovať jedlo pre iných, keď ste chorý

Nemali by ste pripravovať jedlo pre iných, keď ste chorí ani najmenej 2 až 3 dni po vyzdravení. To platí aj pre chorých pracovníkov v školách, DD a zdravotníckych zariadeniach, a iných miestach, kde môžu byť vystavené osoby norovírusom.

Informujte svojho vedúceho, ak máte príznaky norovíruspovej choroby, alebo ak ste boli v poslednej dobe chorý. Udržujte choré deti mimo priestorov, kde sa manipuluje a pripravuje jedlo.

Pozrite FDA Food Code (www.fda.gov/Food/FoodSafety/RetailFoodProtection/FoodCode/default.htm)

4. Čistiť a dezinfikovať kontaminované povrchy

Povrchy a predmety znečistené zvratkami a stolicou okamžite dôkladne vyčistite a vydenzifikujte. Použite chlór v správnej koncentrácii, prípadne iné registrované dezinfekčné prípravky.

Pozrite EPA's Registered Antimicrobial Products Effective Against Norovirus (Norwalk-like virus) (www.epa.gov/oppad001/list_g_norovirus.pdf)

5. Dôkladne vyprať bielizeň

Okamžite odstránte a vyperte oblečenie alebo posteľnú bielizeň, ktoré môžu byť kontaminované zvratkami alebo stolicou.

Mali by ste-

- opatrne zobrať zašpinenú bielizeň, bez toho, aby ste ju natriasali,
- použiť jednorazové rukavice pri manipulácii so znečisteným riadom a umyť si ruky po zložení rukavíc,
- vyprať kontaminovanú bielizeň s použitím vhodného pracieho prostriedku.

Aké sú správne spôsoby umývania rúk?

1. Namočte si ruky pod tečúcou vodou a mydlom.
2. Potierajte si Vaše ruky dlaň o dlaň, o chrbát ruky a priestor medzi prstami.
3. Umývajte si Vaše ruky aspoň dobu 20 sekúnd.
4. Dôkladne si opláchnuť ruky pod tečúcou vodou.
5. Vysušte si ruky jednorazovými utierkami.

Pozrite Umývanie rúk: Čisté ruky zachránia život (www.cdc.gov/handwashing/)

Zdroj informácii: www.cdc.gov/norovirus