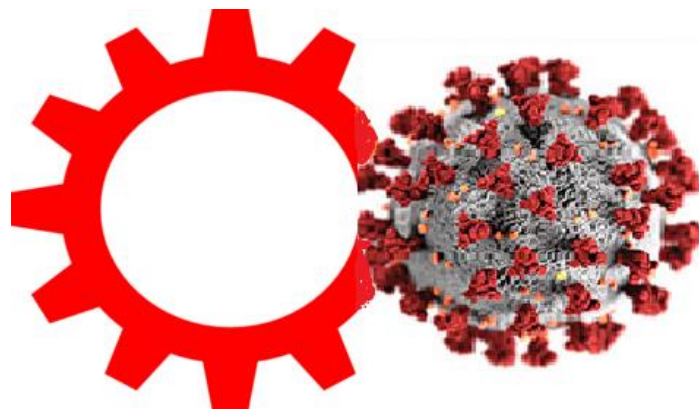




محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (رستوران‌ها)



تهیه شده در گروه آموزشی طب کار و مرکز تحقیقات بیماری‌های شغلی و طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

تهیه کنندگان: دکتر مریم چراغی و دکتر ساجده جمشیدی، دستیاران طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

زیر نظر: دکتر سحر افتخاری هیات علمی گروه طب کار دانشگاه علوم پزشکی تهران

تاریخ نگارش: اردیبهشت 1399

محیط‌های کاری و بیماری COVID-19 (رستوران‌ها)

مقدمه:

بر اساس مصوبه ستاد ملی کرونا، مراکز تهیه و توزیع غذا و به طور خاص رستوران‌ها جزو مشاغل پرخطر طبقه بندی شده‌اند. با توجه به شیوع بیماری COVID-19 و به دلیل امکان انتقال ویروس کرونا از طریق غذای رستوران‌ها با توجه به مواجهه با افراد مختلف، محدودیت برای حفظ فاصله فیزیکی توصیه شده و پرداخت‌های نقدی، کسب اطلاعات بهداشتی مرتبط با بیماری، برای کارکنان رستوران‌ها جهت جلوگیری از انتشار ویروس و پیشگیری از ابتلا، بسیار حائز اهمیت می‌باشد.

گروه هدف:

کارکنان رستوران ها و مشتریان

وظایف شغلی:

از جمله مهمترین وظایف این گروه شغلی تهیه، طبخ و ارائه غذا می باشد.

هدف:

هدف از این راهنما، حفظ و ارتقای سطح بهداشت عمومی کارکنان رستوران ها و مشتریان در همه گیری ویروس کرونا می باشد.

توصیه های عمومی:

1. دست ها را با آب و صابون به مدت 20 ثانیه بخصوص قبل از غذا خوردن، بعد از استفاده از سرویس های بهداشتی، بعد از سرفه یا عطسه بشوید. در صورت عدم دسترسی به صابون و آب می توانید از ضد عفونی کننده های دست حاوی الکل استفاده کنید.
2. در صورت داشتن علائم بیماری، در منزل بمانید.
3. هنگام سرفه و عطسه، دهان و بینی خود را با دستمال یا قسمت داخلی آرنج خمیده بپوشانید و دستمال کاغذی آلوده را در سطل زباله دردار بیاندازید.
4. از دست زدن به صورت، چشم، بینی و دهان خصوصا با دست آلوده اجتناب نمایید.
5. از وسایل شخصی استفاده کنید و از وسایل عمومی مانند تلفن، دستگاه کارت خوان و... استفاده نکنید.
6. از دست زدن به سطوح آلوده خودداری کنید و در صورت لمس سطوح مثل کلیدها، دستگیره ها، شیر آلات، دست ها را با آب و صابون شسته و یا محلول ضد عفونی کننده دست ضد عفونی کنید.
7. مرتباً سطوح و وسایلی را که مکرر لمس میگردد، ضد عفونی و تمیز نمایید.
8. به صورت مرتب استحمام کرده و لباس خود را بشوید.
9. فاصله گذاری اجتماعی حداقل 1.5 متر را رعایت کنید.
10. از دست دادن و روبوسی کردن با یکدیگر پرهیز نمایید.
11. از استعمال دخانیات به دلیل تاثیر آن بر تضعیف سیستم ایمنی بدن و مستعد نمودن فرد به ابتلای بیماری، خودداری کنید.



توصیه های اختصاصی جهت کارکنان رستوران ها:

1. از پذیرش مشتری جهت صرف غذا به صورت حضوری در رستوران، تا اعلام وزارت بهداشت خودداری نمایید.
2. تلاش کنید تا حد ممکن سرویس بیرون بر خود را تقویت نمایید، و مشتریان خود را به این سرویس تشویق کنید.
3. قبول سفارشات را به صورت آنلاین و از طریق اینترنت یا تلفنی انجام دهید.
1. تعداد کارکنان را تا حد امکان به حداقل نفرات در هر شیفت کاری تقلیل دهید.
2. از وسایل حفاظت فردی (ماسک و دستکش) استفاده نمایید.
3. ماسک و دستکش را در فواصل زمانی کوتاه تعویض نموده و به شست و شوی مکرر دست ها توجه نمایید.
4. در هنگام ارائه خدمات، فاصله گذاری اجتماعی مشتریان و همکاران رعایت کنید. برای این منظور چیدمان میز و صندلی های خود را اصلاح کنید.
5. از دستمال مشترک برای تمیز کردن میز و صندلی و سایر وسایل استفاده نکنید. (ترجیحاً از دستمال نظافت یکبار مصرف استفاده گردد).
6. فردی را جهت دریافت وجه از مشتری اختصاص دهید و از دریافت وجه توسط افرادی که در تهیه، طبخ و سرو مواد غذایی دخالت دارند، خودداری شود.
7. برای میز صندوق دار و پیشخوان فروش از صفحات محافظتی (پلاستیکی / شیشه ای) و نوار نقاله متحرک استفاده نمایید.
8. مشتریان را به پرداخت غیر نقدی تشویق نمایید.
9. دستمال کاغذی و مواد ضد عفونی کننده مناسب را به منظور استفاده کارکنان و مشتریان در دسترس قرار دهید.
10. حداکثر تعداد مشتری را مشخص و مدیریت کنید تا از ازدحام افراد جلوگیری شود.
11. جهت رعایت فاصله، از نشانه گذاری بر روی زمین و یا از کنترل های صف فیزیکی، مانند نوارهای کنترل جمعیت استفاده کنید و یا فقط از پیک جهت تحویل سفارش استفاده نمایید.

12. از برگزاری مراسم تا پایان شیوع کرونا خودداری نمایید.

13. حتی المقدور از سرو غذای سلف سرویسی در رستوران ها، هتل ها و مراکز مشابه خودداری کنید. در صورت ارایه، یکی از شاغلین مسئول توزیع غذای سلف سرویسی باشد و مشتریان حق برداشت مستقیم را نداشته باشند. همچنین مواد غذایی سلف سرویس قبل از سرو دارای پوشش بهداشتی و ترجیحاً "ظروف یکبار مصرف" باشد.

14. غذا نباید به صورت رو باز و فاقد پوشش بهداشتی ارائه شود. از ظروف بهداشتی و یک بار مصرف مناسب استفاده نموده و به صورت بهداشتی بسته بندی و ارائه نمایید.

15. از نگهداری مواد اولیه تهیه غذا به صورت رو باز خودداری کنید.

16. از سالاد و یا سبزیجات بسته بندی دارای پروانه ساخت استفاده کنید.

17. نمک، فلفل، سماق، قند، شکر، آب آشامیدنی و ... را در بسته بندی های یک بار مصرف و بهداشتی ارائه دهید.

18. جهت نوشیدن انواع نوشیدنی از نی های یکبار مصرف بسته بندی شده و یا لیوان یکبار مصرف استفاده کنید.

19. کلیه تجهیزات و وسایل مورد استفاده را به طور مستمر با استفاده از روشهای مناسب ضدعفونی کنید. (اطلاعات بیشتر در:

<https://crod.ir/article-covid19/>

20. یخچال و فریزرهای مورد استفاده را به طور مستمر گندزدایی نمایید.

21. کلیه تجهیزات و وسایل را در زمان عدم استفاده در داخل قفسه پوشش دار و یا کابینت نگهداری کنید.

22. جهت تهویه، از سیستم تهویه مناسب و هواکش و باز گذاشتن درها و پنجره ها استفاده کنید.

23. سرویس بهداشتی مشتریان و پرسنل را از هم جدا کنید. سرویس های بهداشتی را بطور مرتب بشوید و ضدعفونی کنید.

24. در سرویس های بهداشتی صابون مایع، حوله های کاغذی و سطل های زباله درب دار را به مقدار کافی تامین نمایید.

سطل های زباله را مرتباً تخلیه کنید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/article-covid19/>)



25. در سامانه بیماریابی وزارت بهداشت به آدرس salamat.gov.ir ثبت نام نمایید و در صورت مشاهده علائم مرتبط با بیماری کرونا علائم خود را در سامانه ثبت نمایید. (اطلاعات بیشتر در: <https://crod.ir/instructions-covid19/>)
26. در صورتیکه احتمال می‌دهید به بیماری کرونا مبتلا شده اید، قبل از کسب تکلیف از سامانه وزارت بهداشت در محل کار خود حاضر نشوید.

توصیه های اختصاصی جهت مشتریان:

1. حتی المقدور از مصرف غذای خارج از منزل اجتناب نموده و غذا را به صورت بهداشتی در داخل منزل طبخ و تهیه نمایید.
2. در صورتیکه بیمار هستید یا دچار علائم بیماری مانند تب، سرفه و یا تنگی نفس می باشید از تهیه غذا به صورت حضوری خودداری نمایید.
3. تا حد امکان سفارش غذا را بصورت آنلاین و از طریق اینترنت یا تلفنی، انجام دهید.
4. هنگام خرید غذا به صورت حضوری، دهان و بینی خود را با ماسک بپوشانید.
5. از پرداخت پول نقد خودداری نمایید و بعد از استفاده از کارت بانکی، دست ها و کارت را ضد عفونی کنید.
6. فاصله گذاری اجتماعی را با کارکنان در هنگام سفارش و یا تحویل غذا، رعایت نمایید.
7. از سفارش مواد غذایی که نیازمند تماس مستقیم با دست و بدون نیاز به پخت با حرارت اجاق گاز است، اجتناب نمایید.
8. از سفارش مواد غذایی خام بدون بسته بندی اجتناب کنید.
9. از لمس کردن مستقیم دکمه های کارتخوان خودداری نمایید و در صورت نداشتن دستکش از دستمال کاغذی استفاده نمایید.

با امید اینکه محیط های کاری نه تنها به منشاء گسترش بیماری تبدیل نشوند، بلکه با آموزش مناسب رعایت موازین بهداشتی، به کنترل این بیماری در سطح جامعه کمک کنند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر روی این لینک کلیک کنید: <https://crod.ir/covid-19/>