

Móng Cái, ngày 16 tháng 09 năm 2024

BÀI TUYÊN TRUYỀN
ĐẢM BẢO AN TOÀN THỰC PHẨM CHO HỌC SINH
THÁNG 09/2024

Kính thưa quý vị phụ huynh, các thầy giáo cô giáo và toàn thể học sinh thân mến!

An toàn vệ sinh thực phẩm luôn là nhiệm vụ đặt ra hàng đầu trong các cộng đồng nói chung và trong trường học nói riêng.

Hiện nay, ngộ độc thực phẩm là vấn đề hết sức phức tạp và đã trở thành mối quan tâm của toàn xã hội, gây ảnh hưởng rất lớn đến sức khỏe và đời sống của con người. An toàn thực phẩm (ATTP) là vấn đề có tầm quan trọng đặc biệt, được tiếp cận với thực phẩm an toàn đang trở thành quyền cơ bản đối với mỗi con người. Thực phẩm an toàn đóng góp to lớn trong việc cải thiện sức khỏe con người và chất lượng cuộc sống.

Ngộ độc thực phẩm và các bệnh do thực phẩm kém chất lượng gây ra không chỉ gây ảnh hưởng trực tiếp tới sức khỏe và cuộc sống của mỗi người, mà còn gây thiệt hại lớn về kinh tế, là gánh nặng chi phí cho chăm sóc sức khỏe.

Vậy Tầm quan trọng của vệ sinh an toàn thực phẩm đối với sức khỏe, bệnh tật là:

Trước hết, thực phẩm là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng cho sự phát triển của cơ thể, đảm bảo sức khỏe con người nhưng đồng thời cũng là nguồn có thể gây bệnh nếu không đảm bảo vệ sinh. Không có thực phẩm nào được coi là có giá trị dinh dưỡng nếu nó không đảm bảo vệ sinh.

Về lâu dài thực phẩm không những có tác động thường xuyên đối với sức khỏe mỗi con người mà còn ảnh hưởng lâu dài đến nòi giống của dân tộc. Sử dụng các thực phẩm không đảm bảo vệ sinh trước mắt có thể bị ngộ độc cấp tính với các triệu chứng ồ ạt, dễ nhận thấy, nhưng vấn đề nguy hiểm hơn nữa là sự tích lũy dần các chất độc hại ở một số cơ quan trong cơ thể sau một thời gian mới phát bệnh hoặc có thể gây các dị tật, dị dạng cho thế hệ mai sau. Những ảnh hưởng tới sức khỏe đó phụ thuộc vào các tác nhân gây bệnh. Những trẻ suy dinh dưỡng, người già, người ốm càng nhạy cảm với các bệnh do thực phẩm không an toàn nên càng có nguy cơ suy dinh dưỡng và bệnh tật nhiều hơn.

Do vậy, vấn đề đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm để phòng các bệnh gây ra từ thực phẩm có ý nghĩa thực tế rất quan trọng trong sự phát triển kinh tế và xã hội, bảo vệ môi trường sống của nước ta. Mục tiêu đầu tiên của vệ sinh an

toàn thực phẩm là đảm bảo cho người ăn tránh bị ngộ độc do ăn phải thức ăn bị ô nhiễm hoặc có chất độc; thực phẩm phải đảm bảo lành và sạch.

Do đó để bảo đảm sức khỏe cho bản thân, gia đình quý phụ huynh và các em học sinh cần tuân thủ 10 nguyên tắc vàng về vệ sinh an toàn thực phẩm như sau:

1. Chọn thực phẩm tươi sạch

Kiểm tra thực phẩm trước khi mua, không sử dụng thực phẩm đã bị mốc, ôi thiu, hết hạn sử dụng hay không rõ nguồn gốc xuất xứ.

2. Giữ vệ sinh nơi ăn uống và chế biến thực phẩm sạch sẽ

Nơi ăn uống phải cao ráo, thoáng mát

Thực phẩm, dụng cụ trước khi chế biến phải được rửa, xử lý sạch sẽ

3. Sử dụng đồ dùng nấu nướng và ăn uống sạch sẽ

Không để dụng cụ bẩn qua đêm.

Dụng cụ tiếp xúc với thức ăn chín và sống phải để riêng biệt.

4. Chuẩn bị thực phẩm sạch sẽ và nấu chín kỹ.

5. Bảo quản cẩn thận thức ăn đã nấu chín và đun kỹ lại trước khi ăn

Đậy kỹ thức ăn tránh ruồi, côn trùng xâm nhập.

Không để lẫn thực phẩm sống với thức ăn chín.

Không dùng tay để bốc thức ăn chín hay đá để pha nước uống.

Đun lại thức ăn ở nhiệt độ sôi đồng đều ngay trước khi ăn.

Không nên ăn các thức ăn sống như gỏi cá, thịt bò tái, gỏi ...

6. Giữ vệ sinh cá nhân tốt

Rửa tay bằng xà phòng và nước sạch trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh, sau khi tiếp xúc với thực phẩm tươi sống.

Giữ móng tay ngắn và sạch sẽ.

7. Sử dụng nước sạch trong ăn uống

Dùng nước đã đun sôi để uống hoặc chế nước giải khát, làm kem, đá.

8. Sử dụng vật liệu bao gói thực phẩm sạch sẽ, thích hợp và đạt tiêu chuẩn vệ sinh

Không sử dụng sách, báo cũ, bao ni lông màu để gói thức ăn chín.

Đồ bao gói phải đảm bảo sạch, không thấm chất độc vào thực phẩm.

9. Thực hiện các biện pháp vệ sinh phòng bệnh, giữ gìn môi trường sống sạch sẽ

Thực hiện các biện pháp diệt ruồi, gián, chuột ... và hướng dẫn vệ sinh phòng chống các dịch bệnh theo chỉ đạo của ngành Y tế.

10. Để đề phòng các hậu quả xấu của việc ngộ độc thực phẩm, mỗi học sinh chúng ta cần thực hiện các yêu cầu sau đây về vệ sinh an toàn thực phẩm:

Dùng nước sạch, an toàn để làm đồ uống, chế biến thức ăn và rửa dụng cụ. Ăn uống phải đảm bảo vệ sinh sạch sẽ.

Thực hiện ăn chín uống sôi, không ăn những thức ăn bị ôi thiu và hết hạn, không ăn những thức ăn không rõ nguồn gốc sản xuất.

Giữ gìn vệ sinh cá nhân: rửa tay kỹ bằng xà phòng và nước sạch trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh. Cắt ngắn móng tay, không dùng tay để bốc và chia thức ăn.

Giữ gìn vệ sinh môi trường, vệ sinh lớp học.

Có chế độ ăn uống, học tập, nghỉ ngơi hợp lý.

Thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm để giữ gìn sức khỏe gia đình!

Bữa ăn hợp lý, đảm bảo vệ sinh an toàn, mọi người trong gia đình chú ý thực hiện các điều đơn giản về vệ sinh an toàn thực phẩm nói trên để bữa ăn không là nguồn gây bệnh mà sẽ là nguồn sức khỏe, nguồn vui và hạnh phúc hàng ngày ở các gia đình.

**XÁC NHẬN CỦA BGH NHÀ TRƯỜNG
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



Vũ Thị Bình An

NGƯỜI TUYÊN TRUYỀN

Vi Thị Hương