


**Chương 6**  
**NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM VÀ**  
**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO**  
**AN TOÀN VỆ SINH THỰC**  
**PHẨM**



---

---

---

---

---

---

---

---


**NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**1. Khái niệm về ngộ độc thực phẩm**

- ✓ Ngộ độc cấp tính
- ✓ Ngộ độc mãn tính

**2. Các yếu tố ảnh hưởng tới mức độ ngộ độc thực phẩm**

- ✓ Liều gây độc
- ✓ Trạng thái cơ thể
  - Tình trạng sức khỏe
  - Lứa tuổi
  - Giới tính
- ✓ Tính chất thực phẩm



---

---

---

---

---

---


---

---

**NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**3. Các yếu tố gây ngộ độc thực phẩm**

- ✓ Ngộ độc thực phẩm do vi khuẩn
- ✓ Ngộ độc thực phẩm do virus
- ✓ Ngộ độc thực phẩm do ký sinh trùng
- ✓ Ngộ độc thực phẩm do thuốc bảo vệ thực vật
- ✓ Ngộ độc thực phẩm do kim loại nặng



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**1. Ý nghĩa, tầm quan trọng của bảo quản thực phẩm**

- a. Cung cấp thực phẩm điều hòa trong năm cho người tiêu dùng
- b. Điều hòa việc cung cấp thực phẩm giữa các vùng, địa phương, các nước
- c. Cung cấp thực phẩm cho các khu đô thị, khu công nghiệp
- d. Bảo quản thực phẩm có ý nghĩa đặc biệt quan trọng



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**2. Nguyên nhân làm hư hỏng thực phẩm**

- a. *Nguyên nhân tự thân*
  - ✓ Do quá trình biến đổi sinh hóa trong thực phẩm
  - ✓ Do tác dụng hô hấp
- b. *Nguyên nhân bên ngoài*
  - ✓ Các vi khuẩn
  - ✓ Nấm men
  - ✓ Nấm mốc



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**3. Nguyên lý và yêu cầu bảo quản thực phẩm**

- a. *Nguyên lý bảo quản thực phẩm*
  - Ngăn ngừa hoặc làm chậm các phản ứng enzym tự thân của thực phẩm
  - Ức chế hoặc tiêu diệt VSV có trong thực phẩm
  - Hạn chế hoặc giảm thiểu sự phá hoại của côn trùng hoặc các nguyên nhân khác



---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM

#### 3. Nguyên lý và yêu cầu bảo quản thực phẩm

##### b. Yêu cầu bảo quản thực phẩm

- Không để thực phẩm hư hỏng
- Không tăng thêm vào thực phẩm các chất có hại cho sức khỏe: hàn the, phẩm màu...
- Phải đảm bảo giữ được chất lượng và mùi vị thực phẩm




---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM

#### 4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm

##### a. Bảo quản ở nhiệt độ thấp

- ✓ Tác dụng của nhiệt độ thấp: đối với enzym, vi khuẩn, ký sinh trùng.
- ✓ Những yếu tố ảnh hưởng đến kết quả bảo quản ở nhiệt độ thấp: đặc điểm cấu tạo của thực phẩm, thời gian và nhiệt độ, phương pháp bảo quản kết hợp
- ✓ Sự thay đổi về chất lượng của thực phẩm: chất đạm, chất béo, chất hydratcacbon, các vitamin




---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM

#### 4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm

##### a. Bảo quản ở nhiệt độ thấp

##### ✓ Nguyên tắc chung của phương pháp bảo quản lạnh

- Nguyên liệu phải đảm bảo sạch sẽ, tươi, lành lặn, ít nhiễm VSV.
- Làm lạnh nhanh chóng, đối với thịt sau khi mổ phải có thời gian để nguội trước khi đưa vào bảo quản lạnh, để tránh hiện tượng tự phân giải.
- Trước khi đưa ra sử dụng phải giải lạnh (để đá tan) từ từ.




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN  
TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**a. Bảo quản ở nhiệt độ thấp**

✓ **Các phương pháp bảo quản lạnh**

1. Phương pháp giữ lạnh (ướp nước đá): phổ biến
2. Phương pháp làm lạnh (Refrigeration): 0 – 1°C
3. Phương pháp đông lạnh (Freezing): < -18°C




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN  
TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**a. Bảo quản ở nhiệt độ thấp**

✓ **Thiết bị bảo quản ở nhiệt độ thấp**

1. Buồng lạnh
2. Các loại tủ lạnh
3. Lợi dụng thiên nhiên: bảo quản bằng nước dưới đất (sâu hơn 5m), t° từ 2 – 5°C, bảo quản từ 3 – 5 ngày




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN  
TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**a. Bảo quản ở nhiệt độ thấp**

✓ **Yêu cầu đối với thiết bị bảo quản lạnh:**

- Thực phẩm bảo quản phải được kiểm tra, phân loại, có ngăn cách ly để chứa thực phẩm nghi ngờ.
- Thiết bị khống chế nhiệt phải chính xác.
- Làm tốt công tác chống thối, chống nấm.
- Buồng phải làm bằng các nguyên liệu chống chuột và động vật gặm nhấm.




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**b. Bảo quản ở nhiệt độ cao**

- ✓ Nguyên lý: tiêu diệt VSV và phá hủy enzym
- ✓ Các yếu tố ảnh hưởng: muốn bảo quản thực phẩm lâu phải kết hợp giữa thực phẩm kín, nhiệt độ và thời gian
- ✓ Các phương pháp bảo quản ở nhiệt độ cao: tiệt trùng, thanh trùng



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**c. Bảo quản bằng phương pháp làm khô**

- ✓ Nguyên lý: đưa độ ẩm của thực phẩm về dưới độ ẩm tối thiểu
- ✓ Phương pháp làm khô:
  - Phơi nắng hoặc phơi ở nơi râm mát
  - Dùng sức nóng nhân tạo
  - Dùng hơi nước cao áp
  - Dùng hơi nước giảm áp
  - Phương pháp đông khô



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**d. Áp dụng sức thẩm thấu để bảo quản**

- ✓ Nguyên lý:
- ✓ Phương pháp
  - Ướp muối
  - Ngâm nước đường



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**


**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**

**e. Nâng cao nồng độ pH để bảo quản**

✓ Nguyên lý:

✓ Phương pháp :

- Ngâm dấm
- Lên men chua



---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP ĐẢM BẢO VỆ SINH AN TOÀN THỰC PHẨM**

**4. Các phương pháp bảo quản thực phẩm**


**f. Bảo quản bằng hóa chất**

**g. Ứng dụng phóng xạ bảo quản thực phẩm**

**h. Sử dụng siêu âm**

**i. Các phương pháp khác**

- Hun khói để bảo quản thực phẩm
- Đào đất sâu để bảo quản thực phẩm



---

---

---

---

---

---

---


---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**1. Cấp cứu và chăm sóc bệnh nhân**

**2. Điều tra hiện trường**

- Điều tra ngộ độc tại hiện trường: Địa điểm, thời gian, hoàn cảnh, số lượng, biểu hiện lâm sàng
- Trường hợp ngộ độc hướng tới là do vi trùng: điều tra đối tượng sản xuất, nguyên liệu, dụng cụ, chế độ bảo quản, vệ sinh cá nhân, dịch bệnh tại địa phương



---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

3. Xét nghiệm bệnh phẩm
4. Tổng hợp kết quả và xác định nguyên nhân gây ô nhiễm thực phẩm: đề ra biện pháp xử lý và đề phòng ngộ độc
5. Tổ chức kiểm tra vệ sinh thực phẩm và ăn uống




---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

#### 6. Hướng dẫn thực hành ATVSTP

Các nguyên tắc vàng của WHO về ATVSTP

##### a. Nguyên tắc 1: Chọn thực phẩm an toàn

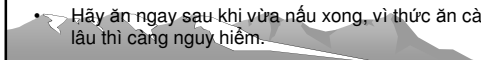
- Chọn thực phẩm tươi, rau, quả ăn sống phải được ngâm và rửa kỹ bằng nước sạch. Quả nên gọt vỏ trước khi ăn. Thực phẩm đông lạnh để tan đá, rồi làm đông đá lại là kém an toàn.

##### b. Nguyên tắc 2: Nấu chín kỹ thức ăn

- Nấu chín kỹ hoàn toàn thức ăn, là bảo đảm nhiệt độ trung tâm thực phẩm phải đạt tới trên 70°C.

##### c. Nguyên tắc 3: Ăn ngay sau khi nấu

- Hãy ăn ngay sau khi vừa nấu xong, vì thức ăn càng để lâu thì càng nguy hiểm.




---

---

---

---

---

---

---

---

### CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM

#### 6. Hướng dẫn thực hành ATVSTP

##### d. Nguyên tắc 4: Bảo quản cẩn thận các thức ăn đã nấu chín

- Muốn giữ thức ăn quá 5 tiếng đồng hồ, cần phải giữ liên tục nóng trên 60°C hoặc lạnh dưới 10°C. Thức ăn cho trẻ nhỏ không nên dùng lại.

##### e. Nguyên tắc 5: Nấu lại thức ăn thật kỹ

- Các thức ăn chín dùng lại sau 5 tiếng, nhất thiết phải được đun kỹ lại.

##### f. Nguyên tắc 6: Tránh ô nhiễm chéo giữa thức ăn chín và sống

- Thức ăn đã được nấu chín có thể bị nhiễm mầm bệnh do tiếp xúc trực tiếp với thức ăn sống hoặc gián tiếp với các bề mặt bẩn (như dùng chung dao, thớt để chế biến thực phẩm sống và chín).




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**


**6. Hướng dẫn thực hành ATVSTP**

**g. Nguyên tắc 7:** Rửa tay sạch trước khi chế biến thức ăn và sau mỗi lần gián đoạn để làm việc khác

- Nếu bạn bị nhiễm trùng ở bàn tay, hãy băng kỹ và kín vết thương nhiễm trùng đó trước khi chế biến thức ăn.

**h. Nguyên tắc 8:** Giữ sạch các bề mặt chế biến thức ăn

- Do thức ăn dễ bị nhiễm khuẩn, bất kỳ bề mặt nào dùng để chế biến thức ăn cũng phải được giữ sạch. Khăn lau bát đĩa cần phải được ngâm nước sôi và thay thường xuyên trước khi sử dụng lại.




---

---

---

---

---

---

---

---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**


**6. Hướng dẫn thực hành ATVSTP**

**i. Nguyên tắc 9:** Che đậy thực phẩm để tránh côn trùng và các động vật khác

- Che đậy, giữ thực phẩm trong hộp kín, chạn, tủ kính, lồng bàn,... Đó là cách bảo vệ tốt nhất. Khăn đã dùng che đậy thức ăn chín phải được giặt sạch lại.

**j. Nguyên tắc 10:** Sử dụng nguồn nước sạch an toàn

- Nước sạch là nước không màu, mùi, vị lạ và không chứa mầm bệnh. Đun sôi nước trước khi làm đá uống. Đặc biệt cẩn thận với nguồn nước dùng nấu thức ăn cho trẻ nhỏ.




---

---

---

---

---

---


---

---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**7. Nguyên tắc đề phòng ngộ độc thực phẩm**

- Vệ sinh trước khi ăn
- Tạo thói quen ăn chín, uống sôi
- Phòng ngộ độc bởi phẩm màu độc hại
- Phòng ngộ độc bởi hóa chất bảo vệ thực vật
- Phòng ngộ độc bởi thực phẩm có độc tự nhiên
- Đề phòng vi khuẩn sống sót làm thực phẩm biến chất, có hại




---

---

---

---

---

---

---


---



**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**7. Nguyên tắc đề phòng ngộ độc thực phẩm**

- Phòng vi khuẩn nhân lên trong điều kiện môi trường
- Phòng nhiễm chéo từ thực phẩm sống sang thực phẩm ăn ngay
- Không mua hàng bao gói sẵn không có địa chỉ nơi sản xuất, đóng gói và hàng hết hạn sử dụng.
- Tránh ăn uống ở quán không có nước sạch hoặc cách xa nguồn nước sạch



---

---

---

---

---

---


---

---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**7. Thực hành ATVSTP**

- a. *Hãy chọn các thực phẩm có giá trị dinh dưỡng và bảo đảm vệ sinh an toàn*
- b. *Sử dụng nước sạch và an toàn*
- c. *Sử dụng các đồ dùng chế biến và ăn uống vệ sinh*
- d. *Chuẩn bị thực phẩm sạch sẽ và nấu chín kỹ*
- e. *Ăn ngay thức ăn khi vừa chế biến xong*



---

---

---

---

---

---


---

---

**CÁC BIỆN PHÁP XỬ LÝ KHI CÓ NGỘ ĐỘC THỰC PHẨM**

**7. Thực hành ATVSTP**

- f. *Bảo quản cẩn thận thức ăn đã nấu chín và đun kỹ lại trước khi dùng*
- g. *Giữ vệ sinh cá nhân tốt*
- h. *Giữ vệ sinh nơi ăn uống và chế biến thực phẩm*
- i. *Sử dụng các vật liệu bao gói thực phẩm sạch và thích hợp*
- j. *Thực hiện các biện pháp vệ sinh phòng bệnh, giữ gìn môi trường sống vệ sinh*



---

---

---

---

---

---

---

---