



**Личная гигиена работника** это ряд различных санитарных правил, которые должны строго соблюдать все работники общественного питания. Данными правилами личной гигиены предусмотрен целый ряд гигиенических требований, относящихся к содержанию тела, рук и полости рта работника, к специальной санитарной одежде, к санитарному режиму предприятия, и медицинскому освидетельствованию работников общественного питания.

Под личной гигиеной работника пищевого предприятия подразумевается:

- прохождение медицинских обследований, предусмотренных действующими инструкциями;
- использование для работы чистой санитарной одежды;
- содержание в чистоте кожи рук, тела, полости рта.

Лица, работающие в пищевых предприятиях, могут явиться источником инфекционных болезней и способствовать их распространению среди населения путем инфицирования пищевых продуктов и готовой пищи патогенными микроорганизмами, попадающими с кожи, из носоглотки, полости рта, кишечника.

На поверхности кожи здорового человека находится большое количество микроорганизмов, которые состоят из непатогенных стрептококков и стафилококков, грибов, спорообразующих и неспорообразующих палочек. Имеются микробы и в глубоких слоях кожи. Но на коже могут находиться и патогенные стафилококки и стрептококки, которые при микротравмах внедряются в глубокие слои кожи и вызывают гнойничковые заболевания.

Микрофлора полости рта представлена стрептококками, пневмококками, стафилококками, молочнокислыми бациллами, дрожжеподобными грибами рода ОагкШа. Носителями патогенного стафилококка является около 30% населения.

Микрофлоре полости рта принадлежит большая роль в возникновении стоматитов, кариеса зубов, воспалительных заболеваний дыхательных путей. При кашле, чиханье, разговоре микроорганизмы попадают в воздух и инфицируют продукты питания.

В толстом кишечнике человека имеются большое количество бактерий кишечной группы, энтерококки, анаэробы, стафилококки и другие микроорганизмы. Могут содержаться и патогенные бактерии. При несоблюдении правил личной гигиены происходит инфицирование продуктов, оборудования и инвентаря пищевых объектов.

**Личная гигиена работников** предприятий общественного питания и торговли, предусматривает прохождение предварительных (при поступлении) и периодических медицинских осмотров всеми сотрудниками. Также правила личной гигиены на подобных предприятиях предусматривают для работников профессиональную гигиеническую подготовку и последующую аттестацию в официально установленном порядке.

К работе в пищевых предприятиях допускаются лица, не являющиеся источником инфекционных болезней. С целью выявления этих заболеваний лица, поступающие на работу, подвергаются предварительным обязательным медицинским обследованиям, предусмотренным инструкцией, **а также должны пройти обучение на курсах по санитарному минимуму.**

Противопоказанием к работе в пищевых предприятиях является наличие таких заболеваний, как кишечные инфекции (брюшной тиф, паратифы, дизентерия, сальмонеллез) в острой и хронической форме, кишечное бактерионосительство, венерические заболевания (гонорея, сифилис), гнилостный насморк, чесотка, педикулез, некоторые воспалительные заболевания глаз, кожи, зева, актиномикоз, активные формы туберкулеза, некоторые незаразные поражения кожи, расположенные на открытых частях тела, каловые свищи и другие заболевания, затрудняющие соблюдение личной гигиены, глистные заболевания (гименолепидоз, трихоцефалез).

Лица, работающие в пищевых предприятиях, подвергаются периодическим медицинским обследованиям в соответствии с действующей инструкцией в сроки, установленные органами Государственного санитарного надзора: кожно-венерологический осмотр — 1 раз в квартал, флюорография или рентгеноскопия грудной клетки — 2 раза в год, обследование на кишечное бактерионосительство и глистоносительство — по эпидемическим показаниям.

Результаты предварительных и периодических медицинских обследований заносятся в личные медицинские книжки, которые хранятся на объектах и выдаются работающим при направлении их на обследование.

Работающие на пищевых предприятиях должны иметь не менее трех комплектов санитарной одежды. Ее назначение — защита пищевых продуктов от возможного микробного или механического загрязнения.

Цвет санитарной одежды белый, для грузчиков и рабочих допускается халат темного цвета. В настоящее время принято несколько вариантов санитарной одежды: халат, куртка и фартук, комбинезон; в любом варианте обязательно ношение колпака или косынки и сменной обуви. При выполнении работ, осуществляемых в условиях повышенной влажности, применяются прорезиненные фартуки или комбинезоны, резиновая обувь.

Персоналу пищевых предприятий необходимо выполнять следующие правила личной гигиены:

- в карманах санитарной одежды запрещается носить посторонние предметы — расческу, зеркало, сигареты и пр.;
- приходить на работу в чистой личной одежде и обуви;
- производить хранение личной одежды и обуви отдельно от санитарной одежды;
- перед началом работы принять душ, а при отсутствии его тщательно вымыть руки с мылом, надеть санитарную одежду и колпак;
- запрещается закалывать санитарную одежду булавками, брошками, иголками;
- во время работы не носить украшения (бусы, кольца, серьги) и часы;
- коротко стричь ногти и не покрывать их лаком; в течение рабочего дня следить за чистотой рук, мыть руки по мере загрязнения, после посещения туалета, перерыва на обед, при переходе от грязной работы к чистой, после работы с сырыми продуктами;
- при посещении туалета снимать санитарную одежду и оставлять ее в предтуалетной, надевать санитарную одежду только после тщательного мытья рук;
- не выходить в санитарной одежде за пределы пищевого объекта;
- заменять санитарную одежду по мере загрязнения, но не реже, чем через два дня;

- стирку санитарной одежды производить централизованно, в специальных прачечных;
- не принимать пищу и не курить в производственных помещениях и складах;
- сообщать администрации объекта о наличии заболеваний кожи, порезах, ожогах, а также наличии инфекционных болезней в семье.

Особую опасность представляет наличие гнойничков на руках и открытых частях тела у работающих в пищевых предприятиях в связи с угрозой попадания в пищевые продукты стафилококка, содержащегося в гное. В первую очередь это касается производства молочных продуктов, мороженого, кулинарных изделий, холодных закусок, кондитерских изделий с кремом, вареных колбасных изделий, так как эти продукты являются хорошей питательной средой для бактерий.

С целью предотвращения инфицирования готовых к употреблению продуктов стафилококком, содержащимся в гное, ежедневно перед началом работы в пищевых предприятиях должны проводиться осмотры рук работающих на наличие гнойничковых заболеваний. Результаты осмотра заносятся в специальный журнал. Осмотр рук может проводить медицинский работник, представитель администрации или общественный санитарный инспектор.

Большую роль в профилактике гнойничковых заболеваний кожи имеет своевременная обработка мелких травм дезинфицирующими средствами, для чего в каждом пищевом предприятии необходимо иметь аптечку с набором медикаментов и перевязочных средств для оказания первой доврачебной помощи.

Для объективного суждения о правильно проведенной санитарной обработке рук работника пищевого предприятия применяется метод бактериологического смыва с целью выявления кишечной палочки. Наличие ее на вымытых руках свидетельствует о недостаточно тщательном мытье рук, о несоблюдении основного требования личной гигиены.

Для повышения санитарной грамотности персонал обязан прослушивать курсы санитарного минимума перед поступлением на работу и затем каждые 2 года со сдачей зачета.

Ответственность за своевременное прохождение медицинских обследований и гигиеническое обучение персонала пищевых объектов, выполнение ими правил личной гигиены несет администрация пищевого объекта.