

Hygienické minimum

pro pracovníky stravovacích provozů

Autorka: Ing. Lucie Janotová, Ph.D.

Obsah

Bezpodmínečně nutné požadavky hygieny	3
Požadavky na osoby pracující ve stravovacích provozech	3
Rozsah znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví	4
Osobní hygiena.....	5
Hygienické chování na pracovišti	5
Provozní hygiena	6
Sanitace.....	6
Onemocnění z potravin	8
Biologická nebezpečí	9
Chemická nebezpečí.....	9
Fyzikální nebezpečí.....	9
Zásady předcházení vzniku zdravotních nebezpečí.....	10
Mikrobiologické aspekty hygieny potravin	10

© Potravinosféra, s.r.o., 2024

Autorka: Ing. Lucie Janotová, Ph.D.

UPOZORNĚNÍ

Hygienické minimum pro pracovníky stravovacích provozů je součástí kurzu Hygienického minima a bez přednášky je neúplný.

Hygienické minimum pro pracovníky stravovacích provozů je chráněn autorským právem. Žádná část nesmí být publikována a šířena žádným způsobem a v žádné podobě bez výslovného svolení vydavatele.

SAMOSTATNĚ NEPRODEJNÉ

Bezpodmínečně nutné požadavky hygieny

Strávníkům mohou být podávány jen zdravotně nezávadné pokrmy.

Předpokladem pro výrobu zdravotně nezávadných potravin je splnění tzv. bezpodmínečně nutných (nezbytných) požadavků hygieny. Zajištění a dodržování těchto nezbytných požadavků hygieny je tedy základem pro přípravu zdravotně nezávadných produktů.

Nezbytné požadavky hygieny:

- jsou stanoveny v právních předpisech,
- jsou prvním krokem a základem pro uplatnění všech dalších postupů,
- platí pro všechny provozovatele potravinářských podniků.

Nezbytné požadavky hygieny obsahují zejména:

- požadavky na provozovnu a zařízení (požadavky na infrastrukturu),
- požadavky na potraviny (suroviny),
- požadavky na bezpečné zacházení s potravinami,
- zajištění kvality vody,
- sanitační opatření,
- bezpečné nakládání s odpady,
- bezpečné postupy regulace škůdců,
- zdravotní stav zaměstnanců a dodržování osobní hygieny,
- zajištění školení zaměstnanců.

Požadavky na osoby pracující ve stravovacích provozech

Pracovníci, kteří při své práci přichází do přímého styku s potravinami nebo plochami, manipulují se zařízením, pomůckami, nádobami či nádobím, které přichází do styku s potravinami, jsou osobami vykonávajícími činnosti epidemiologicky závažné (dle zákona o ochraně veřejného zdraví č. 258/2000 Sb., v platném znění).

Tyto osoby musí:

- být k této činnosti zdravotně způsobilé,
- mít znalosti nutné k ochraně veřejného zdraví,
- znát své povinnosti a zároveň i důsledky rizika poškození zdraví.

Pracovníci s příznaky zdravotních problémů mohou šířit škodlivé mikroorganismy a následně tak může dojít ke kontaminaci potravin. Pracovníci nesmí podceňovat ani změny svého zdravotního stavu v průběhu vykonávání práce. I ve fázi před vypuknutím onemocnění může totiž pracovník kontaminovat potraviny, nebo pracovní plochy a pomůcky.

Změnu svého zdravotního stavu, resp. onemocnění (pracovník zjistí, že trpí průjemovým nebo infekčním onemocněním, příp. že přišel do styku s takto nemocným) musí pracovník oznámit jak svému nadřízenému, tak lékaři.

Bez ověření zdravotní způsobilosti a znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví nesmí pracovníci tyto činnosti vykonávat.

Povinnosti pracovníků:

- Pracovník se musí podrobit lékařským prohlídkám a vyšetřením v případě, že je postižen průjmovým, hnisavým nebo horečnatým onemocněním, nebo infekčním onemocněním, anebo je-li podezřelý z nákazy.
- Pracovník musí informovat lékaře o druhu a povaze své práce.

Lékařským prohlídkám a vyšetřením se musí pracovník podrobit zejména v následujících případech:

- pokud je postižen průjmovým, hnisavým, horečnatým, infekčním onemocněním nebo je-li podezřelý z nákazy,
- pokud se vyskytne v okolí pracovníka (např. na pracovišti, v domácnosti, nebo v místě jeho pobytu) průjmové, nebo infekční onemocnění,
- pokud nařídí vyšetření orgán ochrany veřejného zdraví,
- pokud má pracovník zjevné příznaky akutních hnisavých onemocnění (např. na ruce, na tváři atd.).

Rozsah znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví

Rozsah je dán vyhláškou Ministerstva zdravotnictví č. 490/2000 Sb., v platném znění a zahrnuje:

- požadavky na zdravotní stav osob vykonávajících předmětnou činnost,
- zásady osobní hygieny při práci,
- zásady hygienicky nezávadného čištění a dezinfekce,
- technologie výroby, hygienicky nezávadný režim přepravy, skladování a uvádění do oběhu epidemiologicky rizikových výrobků,
- alimentární nákazy a otravy z potravin (základní znalosti o jejich epidemiologii a zásadách předcházení vzniku a šíření),
- speciální hygienická problematika podle příslušné pracovní činnosti.

Potřebné znalosti musí pracovníci průběžně doplňovat. Znalosti pracovníků musí být dle potřeby zajišťovány prostřednictvím příslušných školení. Vhodnou formou pro získání a osvojení si znalostí nutných k ochraně veřejného zdraví je tzv. školení hygienického minima.

Zdroje nebezpečí / kontaminace jsou např.:

- kontaminované suroviny — např. vejce, drůbež, maso, koření, mouka, luštěniny,
- skladování — např. v nevhodných obalech, nevhodných podmínkách,
- nekvalitní příprava — např. mytí, čištění,
- voda,
- kontaminace při výrobě — plochy, nástroje, zařízení, pracovník, suroviny, prostředí, přepravní nádoby, obaly; záměna s nepotravinami, neopláchnutí předmětu po sanitaci; cizí předměty,
- ptáci, hlodavci, kočky, škůdci.

Zásady předcházení vzniku zdravotních nebezpečí

- důsledné dodržování osobní a provozní hygieny a pravidel sanitace v provozu
- zodpovědnost personálu - při podezření na nákazu návštěva lékaře,
- dodržování správné výrobní praxe.

Pracovníci jsou častým zdrojem kontaminace potravin bakteriemi způsobujícími otravy. Mikroorganismy se nacházejí v dýchacích cestách, v ústech, v trávicím traktu, mohou být v hnisajících ranách na ruce, na pokožce, ve vlasech, za nehty apod. Do potravin se mohou dostat při manipulaci rukama pracovníků, kašláním, kýcháním.

Zdrojem kontaminace jsou také osobní předměty, šperky, hodinky, lano, nehty, umělé nehty, krémy, parfémy, občanský oděv.

Mikrobiologické aspekty hygieny potravin

Mikroorganismy, ať už jsou to např. plísně, kvasinky, nebo bakterie, jsou všudypřítomné, jsou tedy neoddelitelnou součástí života člověka.

Mikroorganismy mají různou formu, jsou to velmi malé organismy vyskytující se např. v trávicím traktu, na povrchu těla, ve vzduchu, ve vodě, v půdě, v potravinách.

Mikroorganismy ovlivňují kvalitu a zdravotní nezávadnost potravin svou metabolickou činností, na které se podílí celá řada enzymů. Podle účinku je možné mikroorganismy rozdělit na mikroorganismy s žádoucím účinkem a na mikroorganismy s nežádoucím účinkem (mikroorganismy působící kažení potravin, mikroorganismy způsobující onemocnění, mikroorganismy produkující toxiny).

Kontaminaci mikroorganismy se při manipulaci s potravinami není možné vyhnout. Základním předpokladem pro omezení možné kontaminace potravin mikroby je, aby bylo zabráněno „zbytečnému“ vnášení mikroorganismů do potravin. Mezi možné zdroje kontaminace patří např.:

- rozpracované potraviny,
- uspořádání provozu i technologie a technologická zařízení,
- pracovníci,
- škůdci,
- odpadky.

K tomu, aby potravina byla zdravotně závadnou, musí obsahovat mikroorganismy nebo jejich toxiny v množství, které je vyšší než tzv. infekční dávka. Rozmnožování mikroorganismů probíhá podle tzv. růstové křivky. Ve fázi adaptační růstové křivky si mikrobi zvykají na podmínky prostředí a chystají se k růstu. Po adaptační fázi nastupuje fáze exponenciální, v níž se mikrobi začínají dělit (množit). Po fázi exponenciální nastává stacionární fáze růstové křivky. Která je charakterizována změnami v prostředí, díky čemuž dochází ke snížení rychlosti růstu. Po fázi stacionární se mikrobiální populace dostává do fáze odumírání, v níž dochází k úbytku počtu živých buněk v dané populaci.

Mikroorganismy jsou v potravinách vystaveny působení celé řady vlivů - vnitřních a vnějších faktorů. Mezi faktory často využívané k omezení množení (růstu) mikroorganismů patří např.:

Snížování teploty / Záhřev

Pro rozmnožování většiny druhů mikroorganismů jsou nebezpečné především déletrvající prodlevy při teplotách v rozmezí od +15 °C do +50 °C, kdy je růst širokého spektra mikroorganismů nejintenzivnější. Čím je nižší teplota, tím pomaleji mikroorganismy rostou a množí se. Při zvýšení teploty nad určitou hranici (např. při tepelném opracování - pečení, vaření atd.) dojde k postupnému odumírání (tj. ničení) mikroorganismů.

Snížení obsahu vody

Čím méně vody potravina obsahuje, nebo čím pevněji je voda v potravině vázána, tím hůře a pomaleji mikroorganismy rostou. Množství vody dostupné pro mikroorganismy může být sníženo sušením, zakonzervováním, nebo přidávkou cukru nebo soli.

Snížení pH

Mikroorganismy většinou nesnášejí kyselé prostředí, okyselení (úprava receptury přidávkou octa, kyselé salátové zálivky apod.) vede ke snížení rychlosti rozmnožování mikroorganismů.

Omezení přístupu vzduchu

Procesy, které vyžadují kyslík, jsou omezením jeho přístupu zpomaleny a naopak ty, kterým kyslík vadí, jsou urychleny. Např. osliznutí masa je způsobeno mikroorganismy, které potřebují kyslík a zabalením produktu do vakua se projevy osliznutí zpomalí.

Čas

Čas je faktor ovlivňující růst mikroorganismů, který se nejčastěji pojí s teplotou. Obecně platí, že čím je kratší doba úchovy potravin a čím jsou kratší prodlevy při manipulaci s potravinami, tím je menší riziko pomnožení mikroorganismů a menší riziko kontaminace potravin. Naopak, při tepelném opracování se s prodlužováním délky působení teploty zvyšuje pravděpodobnost zničení mikroorganismů.

Použití ušlechtilé (konkurenční) mikroflóry

Ušlechtilou mikroflórou jsou např. mléčné bakterie v jogurtech, v kysaném zelí, plísňe na hermelínu. Tato mikroflóra svou přítomností zabraňuje růstu patogenních mikroorganismů.

Použitá literatura

Janotová, L.: Bezpečnost potravin ve stravovacích provozech. Jídelny.cz, Plzeň 2014, ISBN 978-80-905557-1-6

Voldřich, M. a kolektiv autorů: Systém kritických bodů v gastronomii (HACCP): příručka pro pracovníky číselového stravování, restaurací a hotelů. ČON, Praha 2002, ISBN 80-902553-7-X

Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 853/2004 ze dne 29. dubna 2004 o hygieně potravin

Zákon č. 258/2000 Sb. o ochraně veřejného zdraví a o změně některých souvisejících zákonů, ve znění pozdějších změn

Vyhláška MZd č. 137/2004 Sb., o hygienických požadavcích na stravovací služby a o zásadách osobní a provozní hygieny při činnostech epidemiologicky závažných, ve znění vyhlášky MZd č. 602/2006 Sb.

Vyhláška MZ č. 121/2023 Sb., ze dne 27. dubna 2023 o požadavcích na pokrmy