



โรงพยาบาลสตึก สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดบุรีรัมย์

GREEN AND CLEAN HOSPITAL

# Nutrition

(การจัดการสุขาภิบาลอาหาร  
และการจัดการน้ำบริโภคในโรง  
พยาบาล)



*Presenter: Nutrition Department, Satuek Hospital*

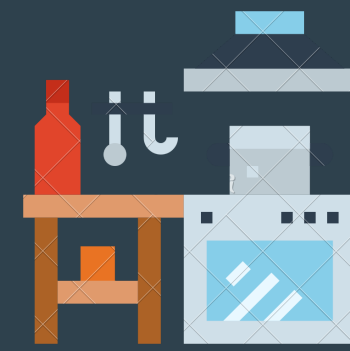
*Update : 15 June 2020*



สถานที่ประกอบอาหารผู้ป่วย  
ในโรงพยาบาล  
ได้มาตรฐานสุขาภิบาลอาหาร  
ของ กรมอนามัย  
ในระดับดีมาก



ผ่านมาตรฐานระดับดีมาก



# บริเวณที่เตรียมปรุง



สะอาด มีแสงสว่างเพียงพอ  
ไม่อยู่ใกล้กับที่พักขยะ



พื้น ผนังทำด้วยวัสดุ  
กระเบื้อง แข็งแรง เรียบ  
สภาพดี ทำความสะอาดง่าย



โต๊ะเตรียมปรุงอาหาร เป็น  
สแตนเลส สูงจากพื้น 60  
เซนติเมตร

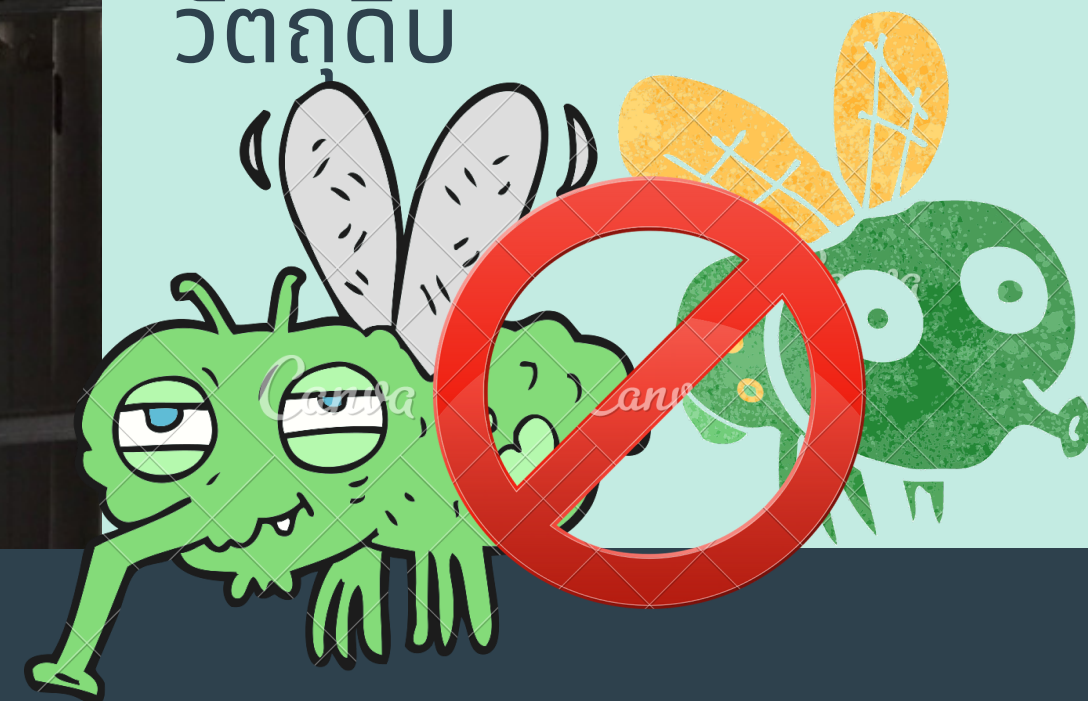


มีการระบายอากาศด้วย  
พัดลมดูดอากาศที่เตาแก๊ส  
และพัดลมดูดอากาศที่ผนัง



# การป้องกัน แมลง

บริเวณที่เตรียม-ปรุง มี  
การป้องกันแมลงวัน  
โดย ติดมุ้งลวดที่ประตู  
หน้าต่างทุกบาน และติด  
ตั้งม่านกันแมลง ใน  
บริเวณจัดเตรียม  
วัตถุดิบ





# อาหารและ เครื่องดื่ม



อาหารเครื่องดื่ม  
ภาชนะบรรจุที่ปิด  
สนิท



มีเครื่องหมายแสดง  
การได้รับอนุญาตที่  
ถูกต้องของ  
สำนักงานคณะ  
กรรมการอาหารและ  
ยา(เลขสารบบอาหาร  
13 หลัก)



71-1-44242-1-0094



อาหารสด จาก  
เกษตรกร/ตลาดสด

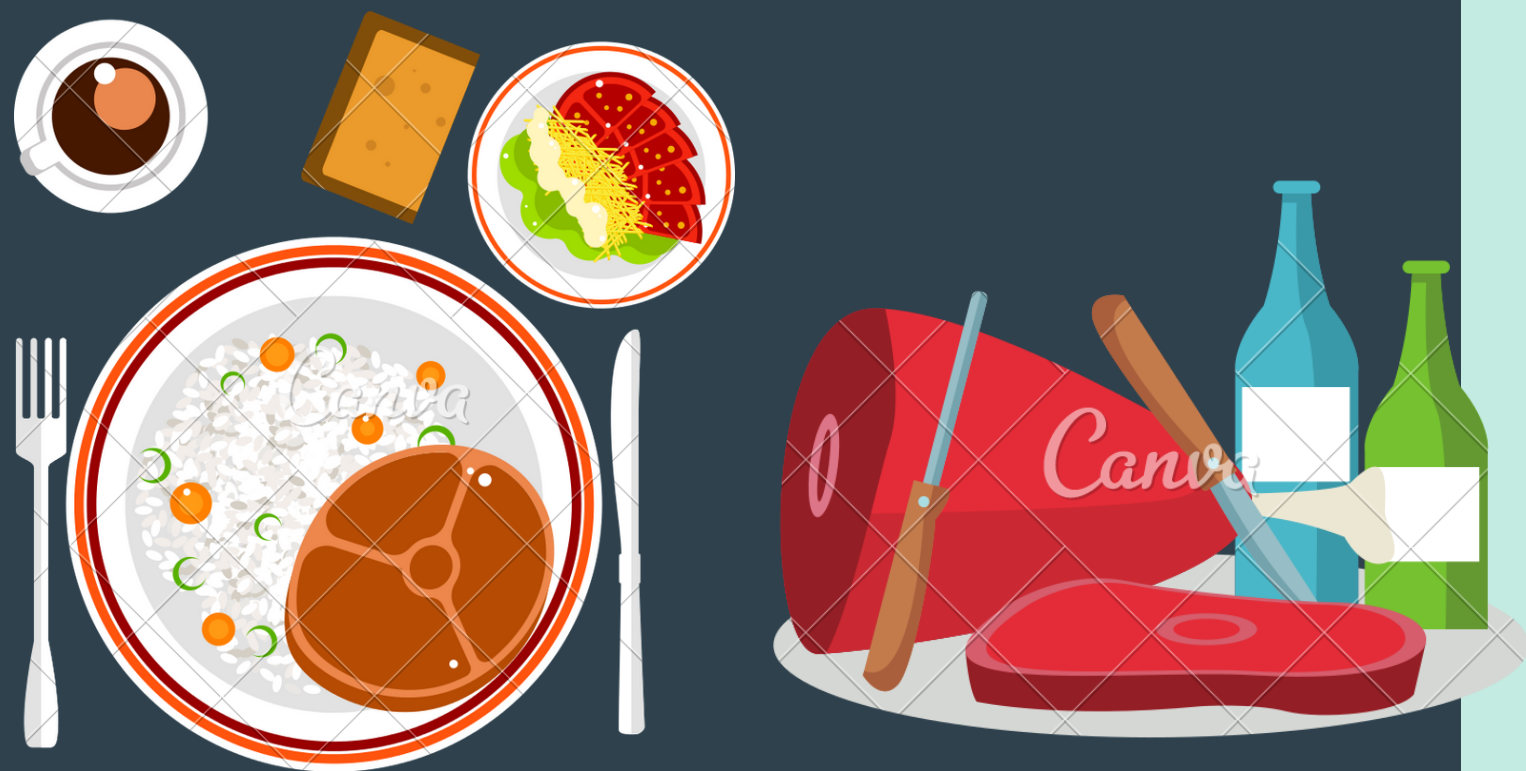


-มีตู้เย็นสำหรับแช่  
เนื้อสัตว์ ผลไม้ ผัก  
และมีห้องเก็บอาหาร  
แห้ง แยกเก็บเป็น  
สัดส่วน วางสูงจาก  
พื้น 30 เซนติเมตร  
-มีการตรวจเช็ค  
อุณหภูมิตู้เย็นทุกวัน





# อาหารและ เครื่องดื่ม (ต่อ)



อาหารเครื่องดื่ม  
ภาชนะบรรจุที่ปิด  
สนิท



มีคุณภาพดี เก็บเป็น  
ระเบียบสูงจากพื้น  
อย่างน้อย 30  
เซนติเมตร



อาหารสด ล้าง  
สะอาด เตรียมมือ  
ต่อมือ



-แยกเป็นสัดส่วน  
อาหารประเภทเนื้อ  
สัตว์เก็บในตู้เย็น  
อุณหภูมิ 0-5 °C เก็บ❄️  
ผักสดผลไม้ 6-10°C  
-ชั้นล่างสุดสูงจากพื้น  
30 เซนติเมตร





# อาหารและ เครื่องดื่ม (ต่อ)



อาหารที่ปรุงสำเร็จ



เก็บในภาชนะที่สะอาด  
มีการปกปิด ใช้  
อุปกรณ์มีด้ามจับ  
หรือตักโดยเฉพาะ  
วางสูงจากพื้น 60  
เซนติเมตร



การล้างมือ



การล้างมือที่  
ปรุงเสร็จแล้ว เจ้าหน้าที่  
โภชนาการ ตักอาหารใส่  
ภาชนะและมีการปกปิด  
ให้มิดชิดด้วยที่ขึ้น  
อาหารและปิดฝาทุก  
ครั้ง





มีการสุ่มตรวจโคลิฟอร์ม  
แบคทีเรีย อ.11 ทุกเดือน



- น้ำดื่มและเครื่องดื่ม  
สำหรับบริการผู้ป่วย  
จะใช้น้ำบรรจุขวดและ  
น้ำบรรจุถังจากร้านน้ำ  
ดื่มสหกรณ์  
การเกษตร ที่ผ่าน  
มาตรฐาน
- วางสูงจากพื้น 60  
เซนติเมตร



# ไม่มี...การใช้น้ำแข็งสำหรับ อุปโภคบริโภคในการบริการ อาหารผู้ป่วยในโรงพยาบาล สตึก



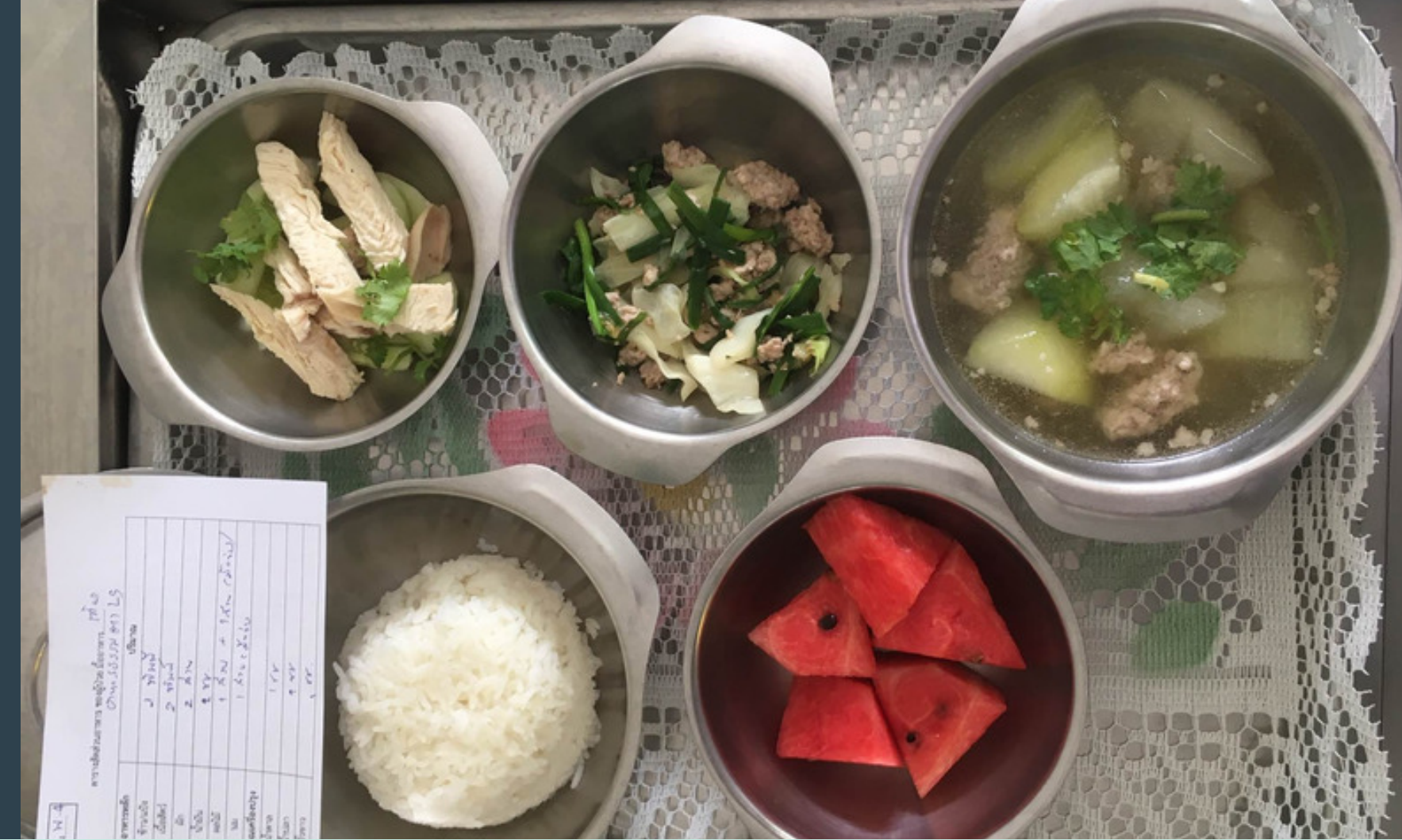
ไม่มีการใช้ในแข็งในการ  
อุปโภค บริโภค หรือเก็บ  
รักษาอาหาร





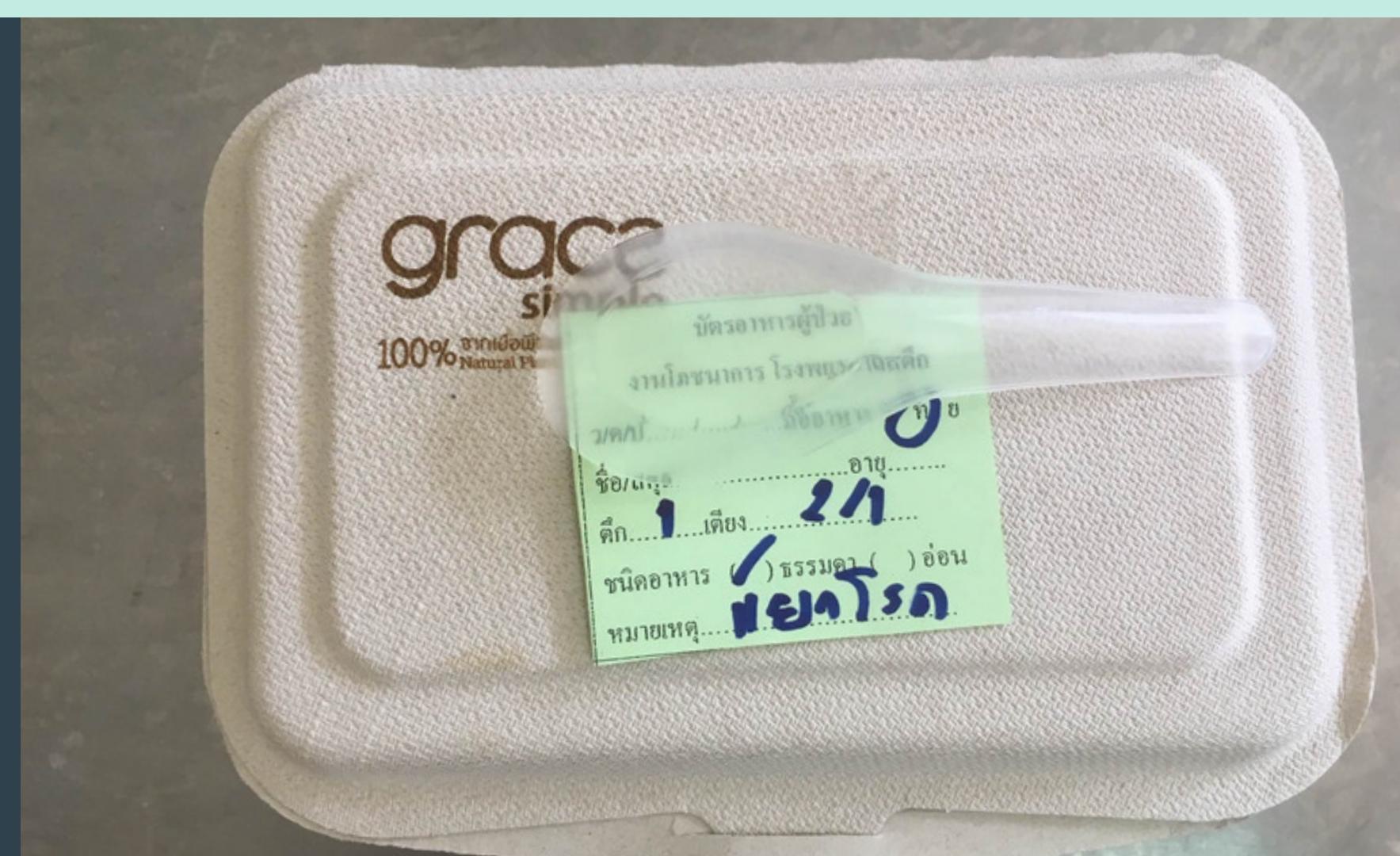
## ภาชนะอุปกรณ์ บริการผู้ป่วย

ถ้วย ถาดอาหาร ปิ่นโต ทำจากวัสดุที่ไม่มีพิษ คือ ทำจากสแตนเลส ไม่มีลวดลายบริเวณอาหารสัมผัส



## ภาชนะสำหรับผู้ป่วยโรคติดต่อ/ติดเชื้อ

สำหรับผู้ป่วยกลุ่มโรคติดต่อ เช่น TB MDR COVID19 Hepatitis A เป็นต้น จะบรรจุอาหารใส่ภาชนะแยกใช้แล้วทิ้ง คือ กล่อง-ถ้วย ที่ทำจากชานอ้อย หรือทำจากกระดาษ





## การล้างภาชนะอุปกรณ์ 3 ขั้นตอน และขั้นตอน สุดท้ายฆ่าเชื้อด้วยน้ำร้อน

1. คัดแยก จัดเก็บขยะที่เกิดจากการเตรียม การปรุง การรับประทานตามประเภท
2. จัดหมวดหมู่ภาชนะที่จะล้างตามประเภท ประเภทแก้วน้ำ และภาชนะที่ปนเปื้อน  
น้อย และปนเปื้อนมาก
3. ขั้นตอนการล้าง ล้างด้วยน้ำผสมน้ำยาล้างจานเพื่อขจัดคราบไขมันและสิ่ง  
สกปรก แล้วล้างด้วยน้ำสะอาดอีก 2 ครั้ง เพื่อล้างสารทำความสะอาด





1. ต้มน้ำร้อนเดือด อุณหภูมิ 82-100 c.



2. น้ำเดือดแล้ว ยกหม้อใส่รถเข็นเพื่อนำไปแช่ถาดอาหาร



3. เทน้ำร้อนลงในอ่างที่มีถาดอาหาร แช่ประมาณ 30 วินาที - 1 นาที

เนื่องจากไม่มีเครื่องล้าง  
ภาชนะ จึงมีการฆ่าเชื้อ  
ด้วยการต้มน้ำร้อนแล้ว  
แช่ถาดอาหาร

1. นำถาดอาหารที่ล้างน้ำสะอาดแล้ว ใส่ในอ่างล้างจาน อีกครั้ง
2. ต้มน้ำร้อนให้เดือด (อุณหภูมิ 82-100 c') แล้วนำมาเทลงในอ่างล้างจาน ที่มีถาดอาหารอยู่ แช่ 30 วินาที ถึง 1 นาที





4.เมื่อครบ ๑ นาที ให้ปล่อยน้ำออกจากอ่างล้างจาน



5.เมื่อน้ำหมดจากอ่างล้างแล้ว ให้หยิบถาดอาหารออกจากอ่าง



6.นำถาดอาหารที่แช่น้ำร้อนแล้ว มาผึ่งแดดให้แห้ง ที่ชั้นวางถาดอาหาร

## เนื่องจากไม่มีเครื่องล้าง ภาชนะ จึงมีการฆ่าเชื้อ ด้วยการต้มน้ำร้อนแล้ว แช่ถาดอาหาร

3.ตั้งให้น้ำเย็น กดปล่อยน้ำออกจากอ่างล้างจาน เมื่อน้ำหมดจากอ่างล้างจาน ให้ใส่ถุงมือกันความร้อนแล้วหยิบถาดออกมาผึ่งแดด ที่ชั้นวางถาดอาหาร ให้แห้ง☐☐#ห้ามใช้ผ้าเช็ดถาดอาหารเพราะจะเพิ่มการปนเปื้อน

4.เมื่อถาดอาหารแห้งแล้ว เก็บถาดอาหารใส่กล่อง ปิดฝาปิดชิด เก็บในห้องเก็บภาชนะ





ช้อน ส้อม วางตั้ง  
เอาด้ามขึ้นใน  
ภาชนะที่โปร่ง  
สะอาด ขณะ  
ล้างให้ผู้ป่วยมี  
การใส่ถุงมือ



ภาชนะ และภาชนะ  
อุปกรณ์ เก็บคว่ำใน  
ภาชนะที่โปร่งสะอาดปิด  
ฝามิดชิด ขณะล้าง  
ให้ผู้ป่วยมีการ  
ใส่ถุงมือ



ใช้เขียงพลาสติกใน  
อาหารประเภทผัก/  
ผลไม้ ใช้เขียงไม้ไม่  
แตกร้าว มีสภาพดี  
ในประเภทเนื้อสัตว์  
แยกเนื้อสุก/เนื้อสด

## ภาชนะและ อุปกรณ์สำหรับ ผลิตอาหารและ บริการอาหาร ผู้ป่วย



# การจัดการ ระบบ สุขาภิบาล



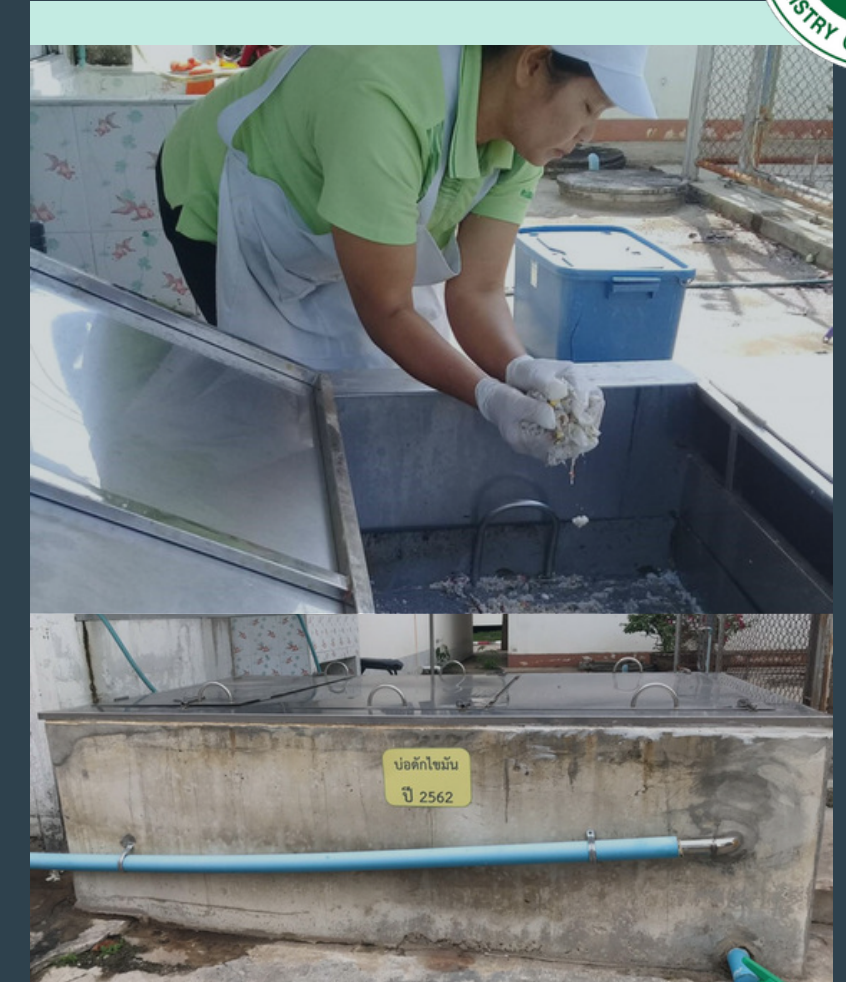
ใช้ถังมูลฝอยสภาพดีไม่  
รั่วซึม เปิด-ปิดฝาด้วย  
เท้าเหยียบ และใส่ถุงดำ  
ไว้ด้านใน

มีจำนวนถังเพียงพอ และมีการแยกมูลฝอยแห้ง มูลฝอยเปียก(อินทรีย์)มูลฝอยติดเชื้อ



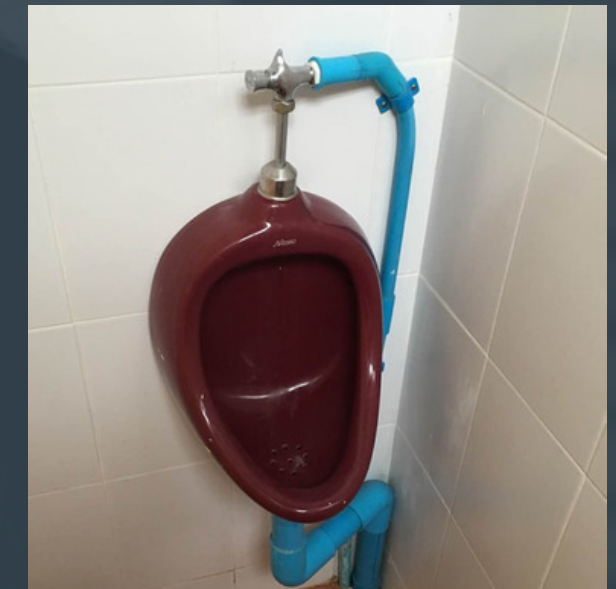
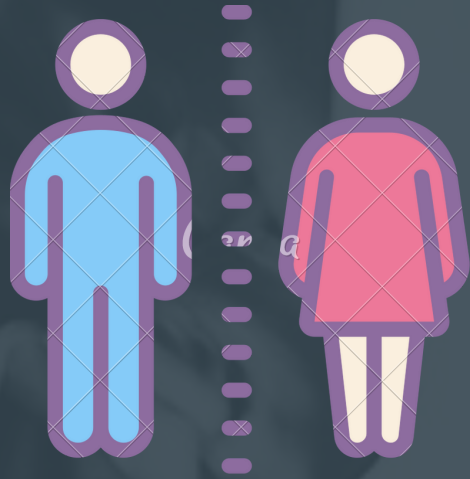
### ท่อระบายน้ำจากครัว

มีท่อระบายน้ำทิ้งจากสภาพดี ไม่แตกร้าว ระบายจากห้องครัวและที่ล้างภาชนะลงสู่ท่อระบายหรือบ่อบำบัด ไม่ระบายน้ำเสียลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะ



### บ่อดักไขมัน

มีบ่อดักไขมันขนาดใหญ่และได้มาตรฐาน เพียงพอต่อจำนวนผู้ป่วยและผู้รับบริการ มีการตกเศษอาหารจากตะแกรงทุกวัน และปล่อยน้ำทิ้งลงบ่อบำบัดทุกสัปดาห์ และล้างบ่อทุกเดือน



# ห้องน้ำ ห้องส้วม โรงครัว

สะอาด ประตูไม่เปิดสู่บริเวณเตรียมปรุง มีอ่างล้างมือ และสบู่ล้างมือ

เพียงพอต่อผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ มีถังขยะฝาเปิด-ปิด ด้วยเท้าเหยียบ พื้น ผนัง เพดาน โถส้วม ที่กดโถส้วม โถปัสสาวะ สะอาด ไม่มีคราบสกปรก อยู่ในสภาพดีใช้งานได้ มีการระบายอากาศได้ดีและ ไม่มีกลิ่นเหม็น







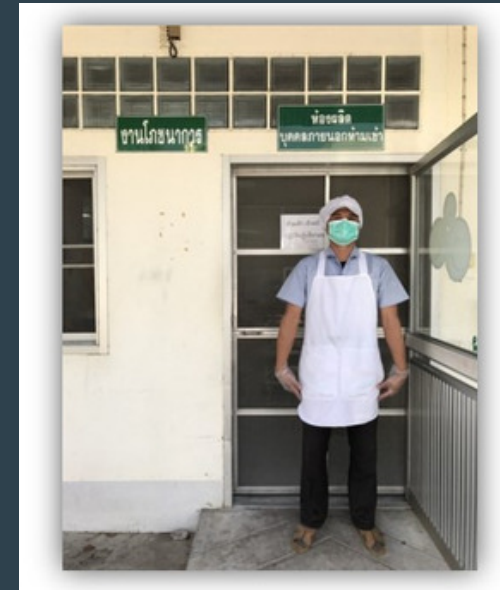
# ผู้สัมผัสอาหาร



ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ แต่งกายสะอาด  
ถูกสุขลักษณะ สวมเลื่อมีแขน  
รองเท้าภายในไม่มีลื่น



- ผู้ปรุงอาหารผูกผ้ากันเปื้อนสี  
ขาว หมวกสีขาว
- ผู้ผลิตอาหารทางสายต้อง  
สวมเลื่อมีแขน/ใส่ถุงมือ



- ผู้ปรุงอาหาร มีสุขนิสัยที่ดี ตัดเล็บให้สั้น  
ไม่สูบบุหรี่ขณะปฏิบัติงาน
- เจ้าหน้าที่โภชนาการทุกคนต้องตรวจ  
สุขภาพประจำปี 14 โรคติดต่อ

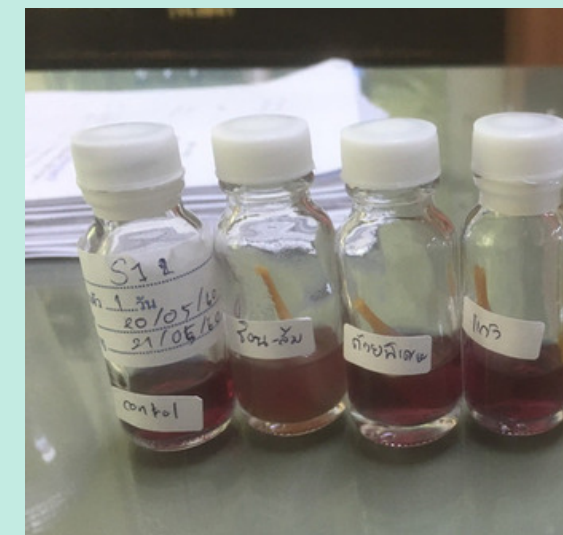




# ความปลอดภัยของอาหาร และภาชนะ



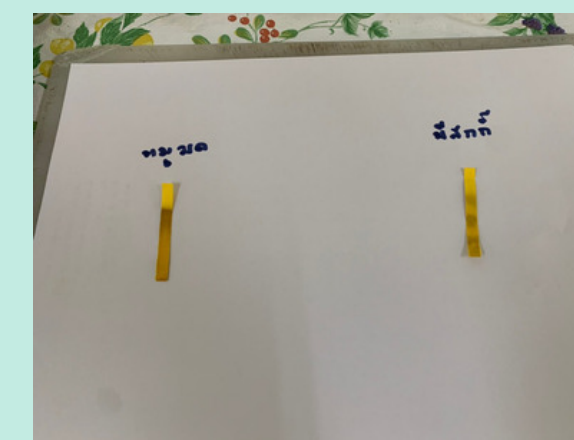
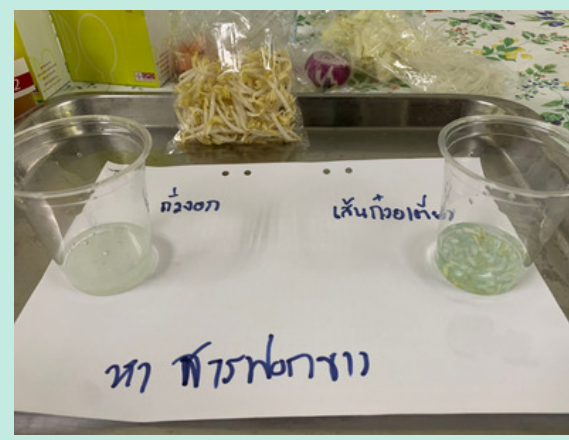
มีการสุ่มตรวจโคลิฟอร์มแบคทีเรียใน  
อาหารปรุงสุก อาหารปั่นผสม อาหารเหลว  
ถาดและภาชนะใส่อาหารผู้ป่วย รวมถึงมือผู้  
ปรุง-ผู้เสิร์ฟ อาหาร เป็นประจำทุกเดือน



# ความปลอดภัย ของวัตถุดิบ

มีการตรวจสอบการปนเปื้อนอาหารทาง  
กายภาพ/ทางเคมี

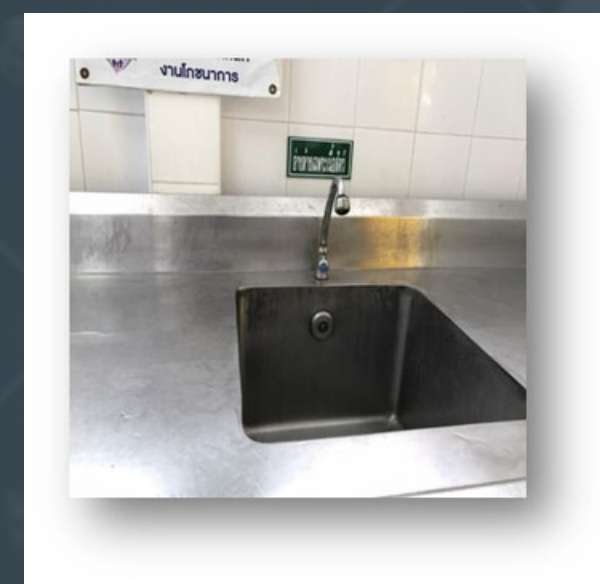
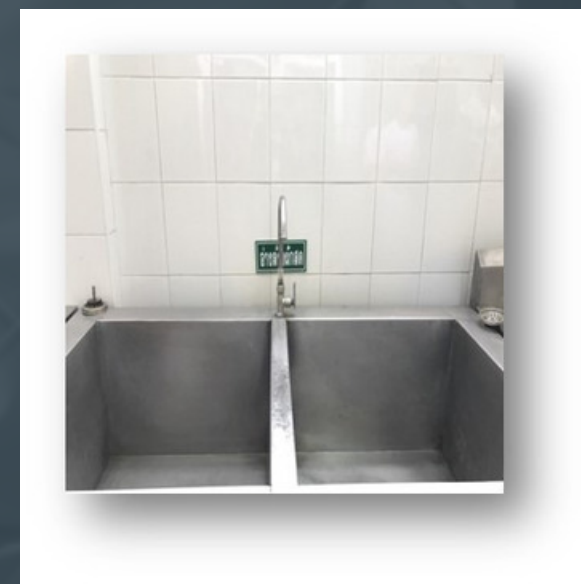
- ตอนล้างวัตถุดิบจะมีการตรวจสอบการปนเปื้อนทางกายภาพ เช่น เศษไม้ เศษแก้ว เศษเหล็ก เป็นต้น
- มีการสุ่มตรวจวิเคราะห์สารปนเปื้อนอาหาร 5 ชนิด คือ บอแรกซ์ ยำฆ่าแมลง สารกันรา สารฟอกขาว ฟอรัมาลิน ทุก 1-3 เดือน



# ความปลอดภัยของวัตถุดิบ พร้อมการปรุงประกอบอาหาร

- มีการแยกอ่างล้างผักผลไม้สด กับเนื้อสัตว์ และไข่
- การล้างผักสดใช้ผงโซเดียมไฮคาร์บอเนต 15 กรัม ต่อน้ำอุ่น 20 ลิตร แช่ 15 นาที
- การล้างไข่ใช้ผงคลอรีน และเกลือแกง
- การล้างเนื้อสัตว์ ใช้เกลือแกง แล้วล้างน้ำเปล่าออก

มีขั้นตอนการล้างผัก  
ผลไม้ ตัดไว้ที่เตรียม  
วัตถุดิบ



# Thank You

