

KERACUNAN MAKANAN



OHS Poster
May 2017
Inspectorate Unit RBAF

Sebab-Sebab Keracunan Makanan:

- ☐ Penyediaan makanan yang tidak bersih.
- ☐ Makanan tidak dimasak dengan sempurna.
- ☐ Makanan mentah yang beku, belum cukup dicairkan sebelum dimasak.
- ☐ Makanan disediakan oleh pembawa/ penghidap penyakit.
- ☐ Makanan yang disediakan ditinggalkan terlalu lama sebelum masa penyajiannya.
- ☐ Memakan makanan lebihan tanpa dipanaskan dengan sempurna.
- ☐ Makanan mentah disimpan bersama dengan makanan yang telah dimasak (*cross contamination*).

- ☐ Sentiasa jaga kebersihan.
- ☐ Pastikan kawasan penyediaan makanan tidak dicemari oleh sesuatu yang boleh menyebabkan keracunan makanan.
- ☐ Pastikan kawasan dapur bebas dari serangga dan haiwan seperti tikus, lalat dan lain-lain.
- ☐ Basuh tangan dengan sempurna sebelum menyentuh makanan.
- ☐ Minum air yang telah dimasak dengan sempurna.
- ☐ Pisahkan makanan mentah dari yang telah masak.
- ☐ Simpan makanan yang mudah basi di dalam peti sejuk.
- ☐ Hindari dari gerai/ kedai yang kotor.
- ☐ Jangan tinggalkan makanan pada suhu bilik lebih dari 4 jam.

Bagaimana Mengelakkan Dari Keracunan Makanan?