

Tanda-tanda

Keracunan Makanan



- SAKIT PERUT.
- CIRIT-BIRIT.
- DEMAM.
- LOYA DAN MUNTAH.

Biasanya tanda-tanda dan gejala mulai timbul beberapa jam (3-72 jam) selepas memakan makanan yang tercemar.



Maklumkan Kepada
Guru Bertugas
Atau
Guru Kantin

Sekiranya :

- ☞ Kantin kotor.
- ☞ Tempat memasak atau tempat menghidang kotor.
- ☞ Makanan yang dijual mempunyai tanda-tanda kerosakan seperti :
 - Rupa berlendir,
 - Warna berlainan dari biasa,
 - Berbau tidak enak dan kurang menyenangkan,
 - Rasa yang pelik atau basi.
- ☞ Pelajar mengalami tanda-tanda keracunan.

PERINGATAN!!!

Jika dicurigai makanan anda telah rosak atau tercemar,
JANGAN MAKAN

Makanan yang telah rosak atau tercemar boleh mengakibatkan keracunan makanan

Panduan
Keselamatan
Makanan

Untuk



**PELAJAR
SEKOLAH**



Bagian Keselamatan dan Kualiti Makanan
Kementerian Kesihatan Malaysia
Arau 5, Blok E7, Kompleks E
62590 Pusat Perbadanan Kerajaan Persekutuan,
Putrajaya
Tel : 63-8983 3334 Fax : 03-8989 3419
<http://iq.moh.gov.my>



Amalkan Keselamatan Makanan di SEKOLAH



MEMBELI Makanan dari Kantin SEKOLAH

Tips

Beli makanan daripada kantin yang bersih. Pastikan pengendali makanan juga adalah bersih, berpakaian rapi dan kemas.

Pastikan pengendali makanan menggunakan peralatan seperti sudu/ penyepit/ sarung tangan dan lain-lain yang bersih untuk mengambil makanan yang telah dimasak.

Mengapa?

Amalan menjaga kebersihan dikalangan pengendali makanan dan persekitaran yang bersih boleh mengurangkan risiko pencemaran makanan.

Peralatan/ tangan yang kotor boleh mencemari makanan yang telah dimasak.



JAGA Kebersihan Diri

Basuh tangan dengan menggunakan sabun cecair dan air yang bersih

Bila

Sebelum membeli atau menyentuh makanan.

Selepas menggunakan tandas.

Selepas menyentuh binatang peliharaan.

Mengapa?

Tangan boleh menjadi perantara untuk memindahkan bakteria ke makanan.

Bagi mengelakkan pencemaran makanan oleh bakteria najis.

Binatang peliharaan boleh membawa penyakit dan bakteria boleh merebak melalui tangan ke makanan.

Makanan yang tercemar boleh memudaratkan kesihatan dan menyebabkan keracunan makanan.



Amalkan Tabiat Yang Baik Semasa MAKAN



Tips

Sentiasa tutup botol minuman selepas minum.

Basuh buah-buahan sebelum dimakan.

JANGAN makan makanan yang telah terjatuh di atas lantai atau meja kantin.

JANGAN makan/minum didalam makmal sekolah.

JANGAN letakkan beg sekolah di atas meja makan.

Mengapa?

Untuk mencegah habuk dan lain-lain pencemaran dari mencemari air minuman anda.

Untuk mengeluarkan habuk, dan baki racun perosak yang terdapat pada bahagian kulit buah.

Makanan tersebut telah dicemari dengan habuk, bakteria atau bahan pencemar lain yang mungkin terdapat dilantai dan meja yang kotor.

Makmal mengandungi bahan kimia yang berbahaya.

Beg anda mungkin kotor dan mencemari permukaan meja dan seterusnya mencemari makanan.