



تجمع الرياض الصدي الثاني
Riyadh Second Health Cluster



إرشادات لسلامة الغذاء المُحضر
للمرضى المنومين

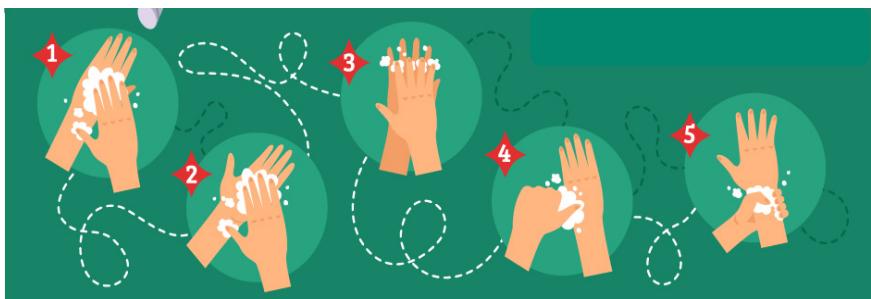
Food Safety Guidelines for
Bringing Food to Inpatients

عند إعداد الطعام للمريض، يجب الحرص على اتباع
الإرشادات الصحيحة لسلامة الطعام لإنتاج غذاء آمن

الإعداد والطهي في المنزل



اغسل يديك بالطريقة الصحيحة بالماء الدافئ والصابون
للمدة لا تقل عن ٤ ثانية، قبل وبعد التعامل مع الطعام.





✓ اغسل الفواكه والخضراوات جيداً بالماء

الجاري مع استخدام فرشاة للتنظيف الجيد.

✓ تأكد من غسل أغطية الأغذية المعلبة قبل الفتح.



✓ أعزل الأغذية النيئة عن الأغذية المطبوخة

والجاهزة للأكل.

✗ لا تحضر الأكل في وقت مبكر جداً قبل تقديمها للمريض

(ساعتين لحفظ على درجة حرارة الغرفة 18°C)

✗ لا تقوم باعداد الأكل إذا كنت مريضاً.

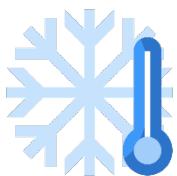
✓ أثناء الطبخ، احرص على وصول درجة حرارة وسط الطعام

إلى 74°C أو أعلى.

الظروف الآمنة لنقل الغذاء



يمكن للبكتيريا أن تتكاثر في الغذاء عند وصول درجة الحرارة إلى منطقة الخطر بين 5°C إلى 60°C . لذا يجب الحرص على حفظ الغذاء على درجات الحرارة المناسبة كالتالي:



- حفظ الغذاء **البارد** على درجة حرارة 5°C أو أقل (درجة بروادة الثلاجة) ويمكن استخدام أكياس الثلج لذلك.



- حفظ الغذاء **الساخن** على درجة حرارة من 60°C وأعلى، ويمكن استخدام الترمص أو الحافظات المخصصة للحار.

الظروف الآمنة لتخزين الطعام والمكمالت

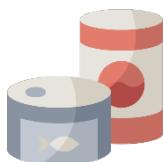
الغذائية



من الأفضل أن يتناول المريض الطعام مباشرة
وعدم التخزين



عند الحاجة لتخزين يرجى طلب الممرضة ليتم وضع
الغذاء في الثلاجة مدون عليه بيانات المريض مثل: اسم
المريض، رقم الغرفة، رقم السرير بالإضافة إلى التاريخ
والوقت وعلى ألا يتجاوز مدة الحفظ ٤٠ ساعة.



عند الحاجة لحفظ ماده غذائية بعد الفتح
مثل **المعلبات** يجب الدحرص على وضع تاريخ
الفتح والوقت على المادة الغذائية والتخزين
في الثلاجة ويفضل استهلاكه خلال ٤٠ ساعة.

عند الحاجة لتخزين المكملات الغذائية يجب اتباع إرشادات البطاقة الغذائية المدونة على العلبة، وعند الحاجة لحفظ المكملات الغذائية بعد الفتح يجب مراعاة التالي:

- **علب الباودر:** (بعد الفتح) يتم حفظها في مكان جاف وبارد مع إغلاق الغطاء بإحكام وعدم الحفظ في الثلاجة.
- **المكملات الغذائية السائلة:** تحفظ بالثلاجة خلال ساعة من الفتح مع التأكد من إغلاق الغطاء بإحكام، على أن يتم الاستهلاك خلال ٢٤ ساعة.

إعادة تسخين الغذاء



عند إعادة التسخين للغذاء المبرد بعد الطبخ يجب الحرص على وصول درجة حرارة الغذاء إلى 74°C أو أعلى.

لأن الوعي وقاية ..

إدارة التثقيف الصحي

قسم خدمات الغذاء والتغذية



King-fahad-medical-city



@Kfmc_Riyadh



KfmcRiyadh



8001277000

HEM1.20.00001085

