

AMALAN

# PEMBERSIHAN & SANITASI

YANG BAIK



# KANDUNGAN

*Penerbitan ini memberikan beberapa garis panduan tentang amalan pembersihan dan sanitasi yang baik untuk pengendali makanan dan penyedia makanan. Untuk mengurus dan mengurangkan risiko penyakit berpunca daripada makanan, sebuah sistem pengurusan keselamatan makanan yang menyeluruh dan berkesan harus diamalkan.*

## PENGENALAN

- ◆ Mengapa Pembersihan dan Sanitasi Penting? 3
- ◆ Perbezaan antara Pembersihan dan Sanitasi 4

## PROGRAM PEMBERSIHAN & SANITASI

- ◆ Komponen Program Pembersihan dan Sanitasi yang Baik 5
- ◆ Kekerapan Pembersihan dan Sanitasi yang Disarankan 6
- ◆ Langkah Asas untuk Pembersihan dan Sanitasi 7
- ◆ Faktor - faktor yang menjejaskan Keberkesanan Pembersihan dan Sanitasi 8

## ALAT PEMBERSIHAN

- ◆ Ciri-ciri Alat Pembersihan yang Disarankan 10

## KEMUDAHAN MENCUCI TANGAN

- ◆ Mengapa Mencuci Tangan Penting? 13

- ◆ Komponen Tempat Mencuci Tangan 14

- ◆ 8 Langkah Mencuci Tangan 15

- ◆ FAKTA MENARIK 16

## RINGKASAN

- ◆ Petua Amalan Pembersihan dan Sanitasi 17

PANDUAN AMALAN  
PEMBERSIHAN &  
SANITASI YANG BAIK

## MENGAPA PEMBERSIHAN DAN SANITASI DIANGGAP PENTING?

Pembersihan dan sanitasi penting untuk keselamatan makanan kerana kebanyakan kes keracunan makanan berkaitan dengan sanitasi yang tidak mencukupi dan tidak berkesan. Umumnya, permukaan peralatan, meja penyediaan makanan dan perkakas yang menyentuh makanan harus dicuci, disanitasi dan dibiarkan kering.

Pembersihan dan sanitasi di tempat-tempat makan penting atas sebab-sebab berikut:



Untuk mencegah keracunan makanan akibat pencemaran antara permukaan yang menyentuh makanan dengan makanan.

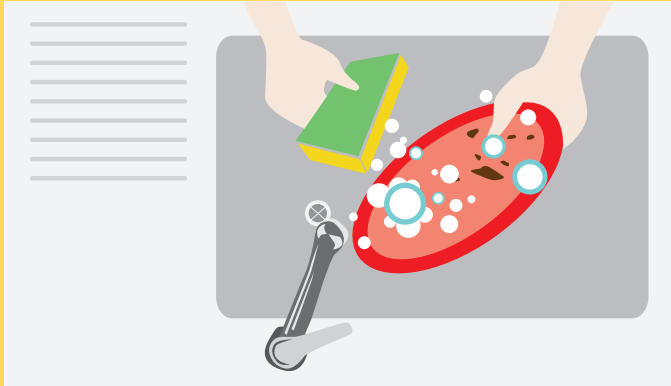


Untuk mengurangkan pembaziran makanan disebabkan makanan yang tercemar.



Untuk memastikan kebersihan premis sepanjang masa dan mewujudkan suasana kerja yang lebih menyenangkan.

## PERBEZAAN ANTARA PEMBERSIHAN DAN SANITASI



Pembersihan ialah pembuangan kotoran dan sisa makanan yang menyeluruh menggunakan cara fizikal dan sabun pencuci yang sesuai mengikut keadaan yang disarankan.



Sanitasi ialah pengurangan jumlah mikroorganisma ke tahap yang selamat.

## KOMPONEN PROGRAM PEMBERSIHAN DAN SANITASI YANG BAIK

Program pembersihan dan sanitasi yang baik hendaklah dijalankan dengan teliti:



## KEKERAPAN PEMBERSIHAN DAN SANITASI YANG DISARANKAN

Kawasan yang dikenal pasti	Kekerapan minimum yang disyorkan		
	Setiap Hari (atau selepas pengendalian)	Setiap Minggu	Setiap Bulan
<b>Kawasan umum</b>			
Lantai dan dinding bersebelahan dengan kawasan penyediaan	✓		
Pintu		✓	
Tingkap, siling, barang-barang di atas (contohnya, penutup lampu dan kipas)			✓
<b>Kawasan pengeluaran</b>			
Peralatan memproses makanan <sup>1</sup>	✓		
Bekas makanan, pinggan mangkuk dan perkakas memasak <sup>1</sup>	✓		
Meja penyediaan makanan <sup>1</sup>	✓		
Sinki, paip air, saluran air <sup>2</sup> dan longkang	✓		
Penutup ekzos, serombong dan sistem pengalihan udara			✓
<b>Kemudahan membersihkan diri</b>			
Sinki cuci tangan dan kawasan sekelilingnya <sup>1</sup>	✓		
Tandas <sup>1</sup>	✓		
<b>Kawasan Penyimpanan</b>			
Peti sejuk/pendingin/unit pembeku dan kawasan menyimpan barang kering termasuk: <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Lantai &amp; dinding</li> <li>◆ Bekas makanan</li> <li>◆ Palet</li> <li>◆ Rak - rak</li> <li>◆ Kipas peti sejuk dalam dan luar</li> </ul>			✓
<b>Pengangkutan penghantaran</b>			
Kabin dalam trak penghantaran	✓		

<sup>1</sup> Perlu disanitasi setelah membersihkannya

<sup>2</sup> Perangkap minyak hendaklah diselenggara secara tetap dengan melantik pemungut sisa am berlesen NEA.

**Sentiasa Amalkan:**

Bersihkan Sambil  
Anda Lalu!

**Nampak, Bersihkan!**

Sekarang   
Kemudian



## LANGKAH ASAS UNTUK PEMBERSIHAN DAN SANITASI

### LANGKAH 1 : BILAS DAHULU



Bilas dahulu untuk menyingkirkan sisa makanan daripada permukaan bekas, untuk membolehkannya dibersihkan dan disanitasi dengan lebih berkesan.

### LANGKAH 2 : CUCI PERMUKAAN BEKAS DENGAN PENCUCI YANG SESUAI



Ini boleh dilakukan dengan merendam dan menggosok, menyembur, menggunakan buih atau mencuci dengan tekanan tinggi.

### LANGKAH 3 : SEMBUR CUCI/BILAS BAHAN CUCIAN DARIPADA PERMUKAAN



Semua sisa makanan dan bahan cucian perlu dihilangkan sepenuhnya, kerana saki-bakinya boleh menjejaskan cecair sanitasi dan menyebabkannya tidak berkesan.

### LANGKAH 4 : SANITASI



Gunakan cecair sanitasi, air panas atau wap panas.

### LANGKAH 5 : SEMBUR CUCI/BILAS CECAIR SANITASI (JIKA PERLU)

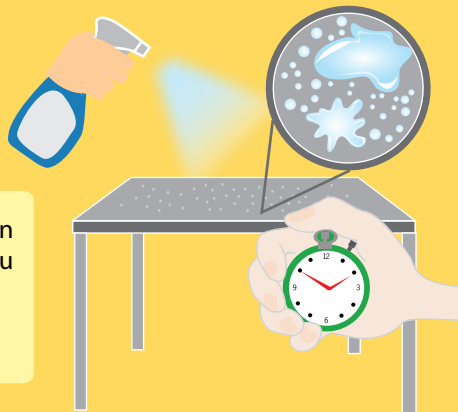




## FAKTOR YANG MENJEJAS KEBERKESANAN PEMBERSIHAN DAN SANITASI

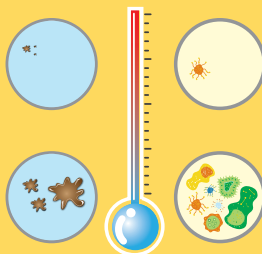
### MASA SENTUH

Tempoh pembersihan atau mengenakan cecair sanitasi pada permukaan yang perlu dibersihkan hendaklah berpatutan.



### SUHU PEMBERSIHAN DAN CECAIR SANITASI

Pembersihan lebih berkesan apabila menggunakan cecair pembersihan yang panas kerana ini melemahkan ikatan antara kotoran dan permukaan.



Air panas ( $>77^{\circ}\text{C}$ ) atau wap juga boleh diguna untuk mensanitisakan permukaan yang menyentuh makanan.

## KEKUATAN YANG DIGUNAKAN SEMASA PEMBERSIHAN

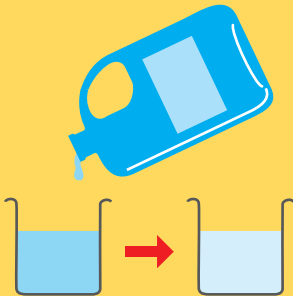
Kekuatan yang mencukupi yang digunakan dengan betul pada permukaan yang menyentuh makanan boleh menanggalkan kotoran dengan berkesan tanpa merosakkan permukaannya.



## JENIS DAN KEPEKATAN CECAIR PEMBERSIHAN DAN SANITASI

Jenis cecair pembersihan yang digunakan harus berdasarkan jenis sisa makanan.

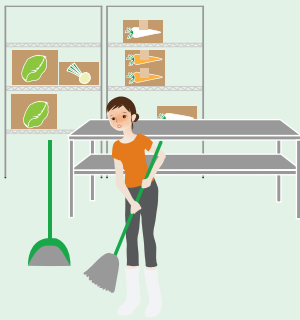
Kepekatan cecair pembersihan dan sanitasi hendaklah dicairkan sebagaimana yang disarankan pengilangnya.



## CIRI-CIRI ALAT PEMBERSIHAN YANG DISARANKAN

### BERKOD WARNA

Kawasan Memproses Sayur-sayuran



Pembersihan Am



Kawasan Memproses Daging



Kawasan Memproses Makanan Laut



- ◆ Alat pembersihan berkod warna membolehkan pengendali makanan membezakan alat yang hendak digunakan di dalam kawasan berbeza di tempat makan. Ini dapat mengurangkan silang pencemaran.

## DIREKA KHUSUS UNTUK PERALATAN DAN PERKAKAS YANG BERBEZA

Alat pembersihan yang terlalu kasar boleh menyebabkan permukaan yang menyentuh makanan mudah tercalar. Ini akan meningkatkan risiko bakteria melekat pada calar dan mencemarkan produk makanan jika tidak disanitasikan dengan betul.

Gunakan alat pembersihan yang sesuai bagi mencuci jenis permukaan yang berbeza-beza.

### CONTOH:

Berus keras bagi membersihkan permukaan yang terlekat kesan kotoran yang sukar ditanggalkan.



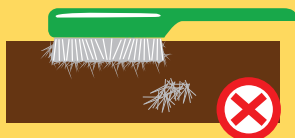
Berus lembut bagi membersihkan permukaan yang berserbuk, berhabuk atau benda-benda yang mudah tercalar.



Penyental biasanya digunakan bagi membersihkan perkakas dapur kerana ciri-cirinya yang lembut dan mudah lentur.



## TAHAN LASAK DAN TAHAN BAHAN KIMIA



Pilih berus yang tahan lasak kerana terdapat risiko pencemaran fizikal jika bulu berus mudah gugur.

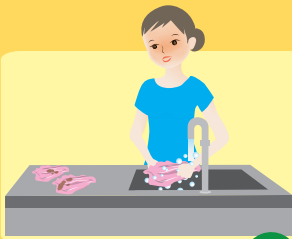


Alat pembersihan harus diperbuat daripada bahan sintetik yang tidak akan rosak oleh bahan kimia pembersihan.

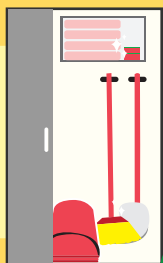
TAHAN BAHAN KIMIA

INGAT!!

**SENTIASA PASTIKAN ALAT PEMBERSIHAN  
DALAM KEADAAN DICUCI DAN BERSIH**



Kain guna semula hendaklah dibersihkan dan disanitisikan secara kerap. Gantikan kain dengan yang baru bila perlu.



Alat pembersihan basah (contohnya, mop lantai) hendaklah dibilas, dibasuh dan disanitisikan selepas guna. Ia hendaklah dikeringkan dengan betul sebelum disimpan di tempat yang dikhas-kan.

## MENGAPA MENCUCI TANGAN PENTING?

Mencuci tangan dengan betul penting bagi mencegah pencemaran makanan oleh tangan pengendali makanan. Bakteria dan virus berbahaya yang ada pada tangan pengendali makanan berkurangan apabila mengamalkan kaedah mencuci tangan yang betul.

Pengendali makanan hendaklah mencuci tangan dan pergelangan tangan mereka dengan segera:



Sebelum terlibat dalam penyediaan makanan.



Selepas menggunakan tandas.



Selepas menghembus hidung bersin atau batuk.



Apabila beralih tugas.



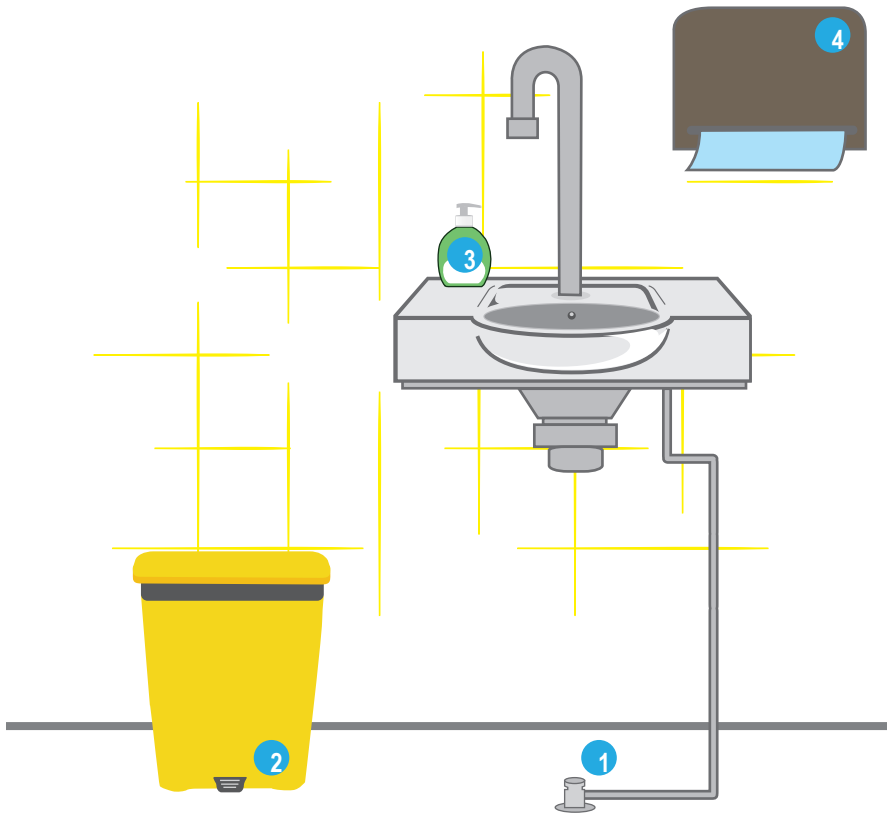
Selepas terlibat dalam tugas yang mengotorkan tangan.



(contohnya, apabila beralih mengendalikan makanan mentah kepada makanan yang sedia dimakan bagi mencegah silang pencemaran)

(contohnya, tugas membersihkan, membuang sampah dan memegang wang)

## KOMPONEN TEMPAT MENCUCI TANGAN



- 1 Paip sebaik-baiknya yang tidak memerlukan penggunaan tangan (contohnya, dikendalikan menggunakan pedal, lutut atau siku) untuk mengelakkan tangan yang bersih daripada menyentuh sebarang bahagian kemudahan mencuci tangan yang mungkin mengakibatkan silang pencemaran.
- 2 Tong sampah dikendalikan kaki
- 3 Sabun cecair
- 4 Tisu pakai buang

## 8 LANGKAH MENCUCI TANGAN

1



Basahkan tangan dengan air bersih yang mengalir dan gunakan sabun. Gosok tapak tangan bersama untuk menghasilkan buih.

2



Di celah-celah jari.

3



Di belakang tangan.

4



Ibu jari

5



Di belakang jari.

6



Kuku

7



Pergelangan tangan

8



Bilas dan keringkan tangan dengan tisu.

Amalkan 8 langkah mencuci tangan sekurang-kurangnya selama 20 saat.



## ADAKAH ANDA TAHU?

Silang pencemaran boleh terjadi jika pembersihan tekanan tinggi digunakan di tempat yang mana terdapat adanya kerja memproses makanan. Ini disebabkan kotoran dan bakteria tempas ke udara dan mungkin akan jatuh ke dalam makanan atau pada permukaan tempat kerja. Oleh itu, pembersihan tekanan tinggi tidak sepatutnya dilakukan apabila terdapat kerja-kerja penyediaan makanan.



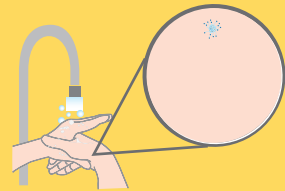
Secara purata, tangan ada lebih 1,000 bakteria pada setiap sentimeter persegi. Apabila tangan dicuci dengan teliti menggunakan sabun dan air, jumlah bakteria yang ada dapat dikurangkan.



Tangan yang Tidak Dibasuh



Selepas dibilas dengan air sejuk



Selepas melakukan 8 langkah mencuci tangan menggunakan air dan sabun selama 20 saat

## PETUA AMALAN PEMBERSIHAN DAN SANITASI



Adakan program pembersihan dan sanitasi dan lakukannya dengan cermat.

Sediakan sebuah jadual pembersihan dan sanitasi untuk kawasan berikut:

- ✓ Lantai, dinding, pintu, tingkap, siling dan barang-barang di atas
- ✓ Meja penyediaan makanan dan alat pemrosesan
- ✓ Bekas makanan, pinggan mangkuk dan perkakas
- ✓ Hud ekzos, corong asap dan sistem pengalihan udara
- ✓ Singki, paip, saluran air dan longkang
- ✓ Tandas dan kemudahan mencuci tangan
- ✓ Kawasan penyimpanan (contohnya, bilik kering, penyejuk dan pembeku)
- ✓ Kabin dalam lori penghantaran

Tingkatkan keberkesanan pembersihan dan sanitasi dengan mempertimbangkan:

- ✓ Faktor pencairan
- ✓ Suhu
- ✓ Masa sentuh
- ✓ Kekuatan menyental semasa pembersihan





Gunakan alat pembersihan yang:

- ✓ Dikodwarnakan untuk membolehkan pengguna membezakan alat bagi kawasan persediaan makanan yang berbeza
- ✓ Direka khusus untuk jenis peralatan dan kelengkapan yang berbeza
- ✓ Tahan lama dan tahan bahan kimia
- ✓ Mudah diselenggara secara bersih

Kemudahan mencuci tangan dilengkapi paip air bebas penggunaan tangan, sabun cecair, tisu pakai buang dan tong sampah yang dikendalikan dengan kaki.



Pengendali makanan hendaklah mengamalkan 8 langkah mencuci tangan untuk membersihkan tangan dan pergelangan tangan mereka.



[www.ava.gov.sg](http://www.ava.gov.sg)

**5 MAXWELL ROAD, #18-00 TOWER BLOCK**

**MND COMPLEX, SINGAPORE 069110**

**TEL: 6325 7625 FAX: 6220 6068**



[www.nea.gov.sg](http://www.nea.gov.sg)

**40 SCOTTS ROAD, #13-00 ENVIRONMENT BUILDING**

**SINGAPORE 228231**

**TEL: 1800 2255 632 FAX: 6235 2611**