

**ГЛАВНЫЕ АСПЕКТЫ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ  
РАБОТНИКОВ ПИЩЕВЫХ ПРОИЗВОДСТВ**  
**The main aspects of personal hygiene of food production workers**

**С. Д. Пильникова**, студент

**Н. Л. Лопаева**, кандидат биологических наук, доцент

Уральский государственный аграрный университет

(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

*Рецензент:* О. В. Горелик, профессор, доктор сельскохозяйственных наук

**Аннотация**

Личная гигиена – ключ к безопасному производству продуктов питания. Чтобы соответствовать строгим санитарным нормам необходимо контролировать и поддерживать гигиену. Существуют различные способы контроля. Хорошо оборудованная комната контроля гигиены обеспечивает соблюдение сотрудниками гигиенических требований. Конечно, важно, чтобы система подходила для организации не только с одной стороны. Она должна соответствовать внедряемым рекомендациям, осуществляться в рамках времени и рамок, отведенных на гигиену, а также подходить для предприятия и различных производственных участков. Различные задачи можно решать поодиночке, а можно объединить их в единый план, в котором указано, когда, где и сколько необходимо. Главная цель личной гигиены - безопасность пищевых продуктов, а методы ее достижения должны быть эффективными, прозрачными и простыми в использовании.

**Ключевые слова:** личная гигиена, работники пищевой промышленности, дезинфекция, мытье рук, одежда.

**Summary**

Personal hygiene is the key to safe food production. In order to comply with strict sanitary standards, hygiene must be monitored and maintained. There are various ways of control. A well-equipped hygiene control room ensures that employees comply with hygiene requirements. Of course, it is important that the system is suitable for the organization not only from one side. It must comply with the recommendations being implemented, be carried out within the time and framework allocated for hygiene, and also be suitable for the enterprise and various production sites. Various tasks can be solved individually, or they can be combined into a single plan, which specifies when, where and how much is needed. The main goal of personal hygiene is food safety, and the methods to achieve it must be effective, transparent and easy to use.

**Keywords:** personal hygiene, food industry workers, disinfection, hand washing, clothes.

Целью работы является изучение главных аспектов личной гигиены работников пищевых производств.

В задачи работы входили:

- 1) изучение понятия личной гигиены;
- 2) выделение главных аспектов личной гигиены работников;
- 3) анализ библиографических источников.

Личная гигиена является неотъемлемой частью качества и безопасности пищевых продуктов для каждого пищевого производства. Предприятия пищевой промышленности не должны

допускать к работе с пищевыми продуктами больных работников или людей с открытыми ранами, особенно если существует разумная вероятность загрязнения пищевых продуктов, поверхностей, контактирующих с пищевыми продуктами, или материалов для упаковки пищевых продуктов; работник должен быть отстранен от любых операций, которые, как ожидается, приведут к такому загрязнению, до устранения состояния. Другими словами, сами работники предприятий пищевой промышленности не должны создавать риск заражения пищевых продуктов. Соблюдение этого требования возлагается как на руководство, так и на работников. Программы обучения должны решать эту проблему. Работники должны быть проинструктированы сообщать руководству, если они больны или травмированы и не могут обращаться с продуктами питания. Менеджеры также должны иметь подготовку и навыки наблюдения, чтобы заметить, есть ли кто-то травмированный или заболевший. Это одна из областей, в которой руководство предприятия может многое сделать для обеспечения соблюдения требований. Многие работники предприятий пищевой промышленности получают почасовую оплату, поэтому болезнь или травма могут стоить часов и денег. Если руководство предприятия разработает программу, по которой больному человеку может быть поручено задание, при котором он или она не будут обращаться с пищевыми продуктами, они будут более склонны уведомлять руководство, а не пытаться скрыть свою болезнь. Также работники пищевой промышленности часто ежегодно проходят серию тестов. Эти тесты могут включать, но не должны ограничиваться ими, анализы крови, образцы кала на наличие кишечных паразитов и патогенных бактерий, а также рентгенографию грудной клетки на предмет туберкулеза. Работники, не прошедшие тесты, не допускаются к работе до тех пор, пока не пройдут тест на чистоту. Сотрудники должны пройти медицинское обследование перед началом работы на предприятиях, контактирующих с пищевыми продуктами, если документально подтвержденная опасность или медицинское заключение не указывают на иное [1].

Любое лицо, у которого в результате медицинского осмотра или наблюдения под наблюдением установлено или кажется, что у него есть заболевание, открытое поражение, включая фурункулы, язвы или инфицированные раны, или любой другой ненормальный источник микробного загрязнения, при котором существует разумная вероятность загрязнения пищевых продуктов, поверхностей, контактирующих с пищевыми продуктами, или материалов для упаковки пищевых продуктов, должно быть отстранено от любых операций, которые, как можно ожидать, приведут к такому загрязнению, до устранения состояния. Персонал должен быть проинструктирован сообщать о таких состояниях здоровья своим руководителям.

Ношение верхней одежды, подходящей для работы, таким образом, чтобы защитить от загрязнения продукты питания, поверхности, контактирующие с пищевыми продуктами, или материалы для упаковки пищевых продуктов и эффективное ношение сеток для волос, головных повязок, кепок, чехлов для бороды или других эффективных средств, удерживающих волосы. Подходящая одежда зависит от типа производственной операции и приверженности руководства не только безопасности и качеству пищевых продуктов, но и безопасности работников. Работники предприятий пищевой промышленности должны носить сетки для волос, которые удерживают и закрывают все волосы и уши. На многих предприятиях также требуется, чтобы работники носили защитные колпачки. Не рекомендуется использовать бейсболки, поскольку они не только не удерживают волосы работника должным образом, но и часто бывают грязными. Работники с бородой и / или усами должны следить за тем, чтобы они были полностью закрыты. Некоторые предприятия отказываются от этого требования к работникам. Гораздо проще определить требование, чем создавать систему, в которой что-то

должно интерпретироваться. На многих предприятиях также приобретаются сетки для волос белого цвета, что позволяет им легко видеть, не только носят ли работники свои сетки для волос, но и правильно ли они их носят.

Одежда, которую носят работники предприятий пищевой промышленности, широко варьируется. Некоторые предприятия разрешают своим работникам носить уличную одежду, в то время как другие предоставляют полную униформу. Уличная одежда - плохая идея, поскольку никогда нельзя сказать, где были сотрудники до прихода на работу. Описание одежды, которую следует носить на пищевом предприятии, может быть следующим: Униформа должна плотно облегать фигуру и застегиваться на кнопки или липучки. Униформа для многих операций имеет цветовую маркировку, особенно если предприятие производит чувствительную продукцию. На предприятиях, производящих готовые к употреблению продукты питания, работники сырой части могут носить белую униформу, в то время как работники, работающие с приготовленными или готовыми продуктами, будут носить синюю. На подобных операциях при перемещении между этими зонами работники должны менять не только форму, но и обувь. Обувь - это область, которой необходимо уделять внимание руководству. В целях безопасности обувь должна быть плотно прилегающей и предпочтительно со стальными носками и голенищем. Однако, поскольку работники предприятий пищевой промышленности большую часть дня находятся на ногах, руководству следует взять на себя обязательство определить поставщика, производящего удобную защитную обувь. Некоторые помещения спроектированы таким образом, чтобы обязывать работников менять обувь непосредственно перед входом в зону обработки или использовать ванночки для ног или средства для мытья ботинок [2-3].

Каждый, кто входит в зону переработки пищевых продуктов, должен снять все украшения, включая кольца, броши, часы, булавки, серьги, ожерелья и видимый пирсинг. Кроме того, на заводе не должны допускаться накладные ногти, лак для ногтей, накладные ресницы и любые другие предметы, которые могут загрязнить пищевые продукты. Не должно быть никаких мобильных телефонов в зоне обработки.

Одной из областей, где руководство играет важную роль в гигиене сотрудников, является финансирование помещений для сотрудников и вспомогательных служб. К ним относятся шкафчики и раздевалки, туалеты, средства для мытья рук, медицинские учреждения и пункты первой помощи, обеденные залы и зоны отдыха, а также точки доступа на завод. Наличие надежных запирающихся шкафчиков является одним из способов отбить у сотрудников охоту приносить личные вещи на предприятие. В идеале, предприятие должно предоставлять сотрудникам запирающиеся шкафчики, которые находятся на, чтобы их можно было чистить. Крышки шкафчиков должны быть наклонены, чтобы исключить возможность хранения чего-либо сверху. Сотрудники также должны быть проинформированы о том, что шкафчики могут быть проверены в любое время и что в шкафчиках нельзя хранить продукты.

Предприятие должно обеспечить своих сотрудников достаточным количеством туалетов и средств для мытья рук, а также следить за тем, чтобы они содержались в чистоте и хорошо снабжались. На некоторых производствах используются диспенсеры для полотенец, а на других - воздуходувки горячим воздухом. Все работники должны мыть руки перед началом работы, после посещения туалета, после еды или курения, а также всякий раз, когда их руки пачкаются. Чтобы гарантировать, что все сотрудники моются перед началом работы, руководство должно установить достаточное количество раковин, позволяющих всем сотрудникам мыться без необходимости выстраиваться в очередь. Если людям приходится ждать, они могут не выполнить то, что требуется.

Руководство должно принять решение о том, необходимы ли, по их мнению, средства для мытья обуви, ванночки для обуви или дезинфицирующие пены при входе на предприятие. Если ответ положительный, то необходимы программы для контроля концентрации дезинфицирующего средства и / или эффективности пенообразователя.

Необходимо разработать политику в отношении того, как люди попадают в зону обработки, и создать вспомогательные помещения. Различные методы могут помочь обеспечить соблюдение требований. Очень часто в прихожей устанавливают такие предметы, как сетки для волос и снуды. Многие компании также публикуют фотографии как правильного, так и неправильного ношения одежды.

Наконец, компания должна разработать политику и программы, касающиеся приема пищи, питья и курения. Для этих мероприятий должны быть выделены специальные зоны. Во многих предприятиях сотрудникам запрещено курить на рабочем месте и, фактически, они могут курить только на улице и вне здания. В комнатах для перерыва должны быть предусмотрены помещения для хранения продуктов. Одним из элементов политики в отношении запирающихся шкафчиков является то, что продукты питания нельзя хранить в запирающихся шкафчиках, поэтому хранение продуктов должно быть частью помещений для обедов или перерыва. Они должны включать клетки или какое-либо другое место для хранения продуктов, а также холодильные камеры. Многие компании также предоставляют микроволновые и / или обычные духовки, позволяющие работникам готовить или разогревать пищу.

Персонал, ответственный за выявление нарушений санитарных норм или загрязнения пищевых продуктов, должен иметь образование или опыт или их комбинацию, чтобы обеспечить уровень компетентности, необходимый для производства чистых и безопасных пищевых продуктов. Работники пищевой промышленности и контролеры должны пройти соответствующую подготовку по надлежащим методам обращения с пищевыми продуктами и принципам защиты пищевых продуктов, а также должны быть проинформированы об опасности несоблюдения правил личной гигиены и антисанитарии.

Методы поддержания чистоты включают, но не ограничиваются ими, следующее:

1. Ношение верхней одежды, подходящей для работы, таким образом, чтобы защитить от загрязнения продукты питания, поверхности, контактирующие с пищевыми продуктами, или упаковочные материалы для пищевых продуктов.

2. Поддержание надлежащей личной чистоты.

3. Тщательно мойте руки в соответствующих средствах для мытья рук перед началом работы, после каждого отсутствия на рабочем месте и в любое другое время, когда руки могли испачкаться.

4. Снимите все незащищенные украшения и другие предметы, которые могут попасть в продукты питания, оборудование или контейнеры, а также снимите украшения для рук, которые не поддаются надлежащей дезинфекции, в периоды, когда с пищевыми продуктами манипулируют вручную. Если такие украшения для рук нельзя снять, их можно покрыть материалом, который можно поддерживать в неповрежденном, чистом и санитарном состоянии и который эффективно защищает от загрязнения этими предметами продукты питания, поверхности, контактирующие с пищевыми продуктами, или материалы для упаковки пищевых продуктов.

5. Поддерживайте перчатки, если они используются при обращении с пищевыми продуктами, в неповрежденном, чистом и санитарном состоянии. Перчатки должны быть из непромокаемого материала.

6. Эффективное ношение, где это уместно, сеток для волос, головных повязок, кепок, чехлов для бороды или других эффективных средств, удерживающих волосы.

7. Храните одежду или другие личные вещи в местах, отличных от мест, где выставляются продукты питания или моется оборудование или посуда.

8. Запрещается использовать следующее в местах, отличных от мест, где могут находиться продукты питания или где моют оборудование или посуду: прием пищи, жевательная резинка, напитки или употребление табака.

9. Принятие любых других необходимых мер предосторожности для защиты от загрязнения пищевых продуктов, поверхностей, контактирующих с пищевыми продуктами, или материалов для упаковки пищевых продуктов микроорганизмами или посторонними веществами, включая, но не ограничиваясь этим, пот, волосы, косметику, табак, химикаты и лекарства, нанесенные на кожу.

Роль руководства - это гораздо, гораздо больше, чем подписание заявления и политики в области качества. Возможно, наиболее важным элементом является приверженность руководства и лидерство. Менеджеры должны подавать пример и поощрять общение. Стандарт включает следующие элементы: разработка, распространение информации и реализация политики безопасности пищевых продуктов, управление планированием системы безопасности пищевых продуктов, четкие обязанности по управлению системой безопасности пищевых продуктов, распределение руководящих обязанностей по управлению системой, обеспечивающее разработку, внедрение и поддержание процедур, а также надлежащее обучение лиц, ответственных за различные элементы системы, мониторинг и ведение записей о соблюдении процедур и проверка того, что процедуры не только соблюдаются, но и являются эффективными. Здесь на помощь приходят внутренние аудиты, установление и поддержание протоколов внутренней и внешней коммуникации, регулярное проведение управленческих проверок для оценки всех элементов системы управления безопасностью пищевых продуктов, использование обзоров руководства в качестве инструмента улучшения [4].

Приверженность и вовлеченность руководства необходимы для успешной реализации всех необходимых программ, таких как личная гигиена и система управления безопасностью пищевых продуктов. Лучшие менеджеры - это те, кто на виду. Они участвуют в тренингах, знакомятся со своими сотрудниками и поощряют общение. Работают над постоянным совершенствованием и уверяют, что часть анализа опасности и критических контрольных точек включает регулярные переоценки программы. Безопасность пищевых продуктов, их качество и санитария не должны оставаться на прежнем уровне, а постоянно развиваться, чтобы лучше обеспечивать безопасное и высококачественное питание.

Таким образом, все лица, работающие в непосредственном контакте с пищевыми продуктами, поверхностями, контактирующими с пищевыми продуктами, и материалами для упаковки пищевых продуктов, должны соблюдать правила гигиены во время работы в объеме, необходимом для защиты пищевых продуктов от загрязнения.

### **Библиографический список**

1. Анашкина В. С., Лопатова Н. Л. Предупреждение инфекционных заболеваний и пищевых отравлений при соблюдении личной гигиены работниками пищевых предприятий // Молодежь и наука. 2022. № 1.

2. Дитяшева Л. Г. Гигиена персонала: в зоне особого внимания // Птица и птицепродукты. 2009. № 4. С. 64-65.

3. *Артемова Е. Н., Власова К. В., Ушакова С. Г.* Санитария и гигиена питания: учебное пособие для высшего профессионального образования. Орел, 2014.

4. *Полянская И. С., Аглиулин С. М., Шигина Е. С.* Микробиология, санитария и гигиена в пищевом производстве. М., 2024.