



## وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

### معاونت بهداشت

### مرکز سلامت محیط و کار

بسمه تعالی

## "اطلاعیه بهداشتی سالمسازی سبزیجات، جوانه غلات و محصولات سالادی"

نظر به اینکه برای آبیاری سبزیجات، جوانه غلات و محصولات سالادی، ممکن است از آب های آلوده و کودهای انسانی و حیوانی استفاده شود و علاوه بر آن، حیوانات اهلی و وحشی در مزارع کشت سبزیجات و غلات رفت و آمد می نمایند، لذا این محصولات کشاورزی به انواع و اقسام تخم انگل ها و میکروب ها آلوده هستند و مصرف کنترل نشده آن ها بصورت خام اعم از سبزی خوردن، سالاد فصل، تزئین ظرف غذا، همراه ساندویچ، کاهو، هویج (همراه با سالاد یا بصورت آب هویج)، کلم، گل کلم و جوانه غلات باعث ابتلاء به انگلهای روده و بیماریهای عفونی روده ای مثل انواع اسهال ها، حصبه، وبا و شبه حصبه و بالاخره بروز و اشاعه اپیدمی بیماری های مذکور در جامعه می گردد، بدینوسیله به هم میهنان عزیز توصیه و تأکید می شود برای جلوگیری از مبتلا شدن به بیماریهای روده ای حتماً سبزیجات، جوانه غلات و محصولات سالادی را که می خواهند بصورت خام مصرف کنند به طریقه زیر سالمسازی (پاکسازی، انگل زدایی، گندزدایی، شستشو) کرده و سپس به مصرف برسانند.

۱ - ابتدا سبزیجات را به خوبی پاک کرده شستشو دهید تا مواد زائد و گل و لای آن برطرف شود.



۲ - سپس آنرا در یک ظرف ۵ لیتری ریخته بازاء هر لیتر ۳ تا ۵ قطره مایع ظرفشویی معمولی به آن اضافه کرده و ظرف را از آب پر کرده قدری بهم بزنند تا تمام سبزی در داخل کفاب قرار گیرد. مدت ۵ دقیقه سبزی را در کفاب نگهداری سپس سبزی را از روی کفاب جمع آوری و کفاب را تخلیه کرده و ظرف و سبزی را مجدداً با آب سالم شستشو دهید تا تخم انگل ها و باقیمانده مایع ظرفشویی از آنها جدا شوند. (انگل زدایی)



۳- برای گندزدایی و از بین بردن میکروبها ، یک گرم (نصف قاشق چایخوری) پودر پرکلرین ۷۰ درصد را در ظرف ۵ لیتری پر از آب ریخته کاملاً حل کنید تا محلول گندزدایی کننده به دست آید. سپس سبزی انگل زدائی شده را برای مدت ۵ دقیقه در محلول گندزدایی کننده اخیر قرار دهید تا میکروبهای آن کشته شوند. توضیح آنکه اگر پرکلرین در دسترس نباشد می توانید از یک قاشق مرباخوری آب ژاول ۱۰ درصد یا دو قاشق مرباخوری آب ژاول ۵ درصد استفاده کنید. ضمناً سایر گندزداهای موجود در بازار که دارای مجوز از وزارت بهداشت می باشند نیز قابل استفاده می باشد که در این گونه موارد باید مطابق دستورعمل مندرج بر روی بسته بندی اقدام شود.



۴- سبزی گندزدایی شده را مجدداً با آب سالم بشوئید تا باقیمانده کلر یا ماده گندزدا از آن جدا شود و سپس مصرف نمائید.

