

AKHBAR : MINGGUAN MALAYSIA

MUKA SURAT : M2

RUANGAN : KESIHATAN

OKTOBER lalu, sekali lagi kita dikejutkan dengan berita kematian akibat keracunan makanan. Kali ini kejadian dikaitkan dengan laksa di Baling, Kedah. Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mengesahkan agen

penyebab keracunan makanan laksa baru-baru ini berpunca daripada bakteria 'salmonella enterica serovar weltevreden'.

Ketua Pengarah Kesihatan, **Datuk Dr. Noor Hisham Abdullah** berkata, ujian 'Pulse Field Gel Electrophoresis' (PFGE) yang dijalankan di Makmal Kesihatan Awam Kebangsaan Sungai Buloh dan Makmal Keselamatan Kualiti Makanan Pulau Pinang pada Ahad mendapati bakteria tersebut dikesan dalam sampel klinikal pesakit serta sampel mi laksa.



Bakteria tersebut dikesan daripada mi laksa yang dibeli pada 4 Oktober 2018 dari gerai terbabit. Mi laksa tersebut dihasilkan di premis pemrosesan milik pengusaha yang juga tuan punya gerai. Faktor risiko yang menyumbang kepada kejadian keracunan makanan ini berkemungkinan berpunca daripada proses penyediaan dan penyimpanan mi laksa yang tidak bersih serta suhu penyediaan semasa pemrosesan selain suhu pemanasan semula mi laksa sebelum dimakan tidak mencukupi untuk menahkumkan.

Menurut Pakar Sakit Dalam & Perubatan Respiratori KPJ Johor Specialist Hospital, **Dr. Muhammad Redzwan S. Rashid Ali**, bakteria salmonella merupakan salah satu bakteria yang berpunca daripada pencemaran silang daripada makanan dan daging mentah ke makanan yang telah dimasak semasa penyediaan atau penyimpanan oleh pengendali makanan.

"Jenis bakteria 'salmonella enterica serovar weltevreden' pula merupakan salah satu stereotip bakteria 'salmonella spp' yang boleh



DR. MUHAMMAD REDZWAN

menyebabkan gejala seperti demam, muntah, sakit perut dan cirit-birit berpunca daripada pencemaran makanan serta air," katanya.

Bakteria ini juga dikatakan berpunca daripada penyediaan makanan yang tidak bersih. Kenapa penyediaan makanan perlu bersih?

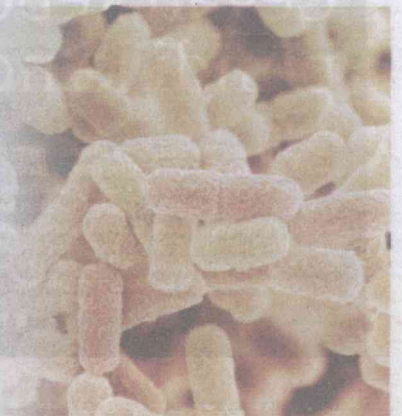
Tambah Dr. Muhammad Redzwan, makanan yang bersih dan selamat ialah makanan yang bebas daripada pencemaran. Penyediaan makanan yang bersih dan selamat adalah penting untuk mencegah keracunan makanan. Bakteria keracunan makanan boleh dipindahkan kepada orang lain dalam sesuatu masa dan boleh ditemui di hidung, mulut, tangan, usus dan luka yang dijangkiti kuman.

"Bakteria keracunan makanan ini boleh disebarkan oleh orang yang menyediakan makanan melalui bersin, batuk ke dalam makanan dan dengan menyentuh makanan. Kebanyakan wabak keracunan makanan timbul akibat daripada pencemaran makanan semasa makanan disediakan oleh orang yang menyediakan makanan tersebut," katanya.

Keracunan makanan ialah apa jua penyakit yang disebabkan oleh pengambilan makanan atau minuman yang tercemar. Kes ini menyebabkan gejala cirit-birit, muntah dan



Cegah bakteria keracunan makanan



PASTIKAN tidak makan makanan dan buah-buahan yang telah berkulat.

sakit perut. Dalam kes serius, ia juga boleh mengakibatkan kematian jika tidak mendapat rawatan awal. Antara sebab terjadinya keracunan makanan ialah;

- Makanan ditinggal pada suhu bilik untuk tempoh yang lama (lebih daripada empat jam).
- Makanan tidak dimasak dengan sempurna.
- Makanan tidak disimpan dengan baik dan tidak dipanaskan dengan sempurna.
- Amalan pengendalian makanan yang tidak bersih.

Dr. Muhammad Redzwan menjelaskan, keracunan makanan juga berpunca daripada bahan kimia seperti racun serangga dan racun rumpai, logam berat seperti tembaga, raksa dan plumbum, tumbuhan dan hasil laut yang beracun seperti kulat, cendawan dan hasil laut bercengkerang seperti kekerang.

Beliau turut menasihatkan orang ramai mengenai tanda-tanda keracunan makanan yang bergantung kepada ejen penyebab keracunan tersebut iaitu amoun (dos) bakteria, virus atau toksin, umur dan sistem ketahanan badan (imuniti) seseorang.

"Kebiasaannya, pesakit itu mungkin akan mengalami rasa loya, cirit-birit, muntah-muntah, sakit perut, berpeluh atau demam, sakit kepala dan

keletihan. Oleh itu, Pemilihan premis makanan yang bersih dan selamat amat penting bagi mengelakkan keracunan makanan.

Sekiranya anda makan di luar, pastikan diri anda selamat dan pilihlah premis makanan bersih dan kawasannya jauh daripada asap kenderaan, tempat pembuangan sampah, longkang tersumbat atau tangki septik," jelasnya.

Tidak ketinggalan, anda perlu memilih makanan dan minuman dihidangkan dalam bekas yang sesuai, bersih dan bertutup. Lengkap dengan kemudahan asas seperti bekalan air yang bersih dan selamat, bekalan elektrik, saliran longkang yang baik dan tong sampah yang bertutup.

Pastikan juga premis tempat anda makan bebas daripada serangga, tikus dan lain-lain haiwan perosak. Premis juga perlu mempunyai peralatan bersih dan sempurna seperti meja yang bersih.

Dalam konteks ini, pengendali makanan ialah semua orang yang terlibat dalam penyediaan makanan dari mula hinggalah makanan itu diambil atau dimakan.

INFO

Langkah yang perlu dilakukan sekiranya seseorang itu diserang keracunan makanan;

- Segera ke klinik atau hospital untuk mendapatkan rawatan.
- Simpan makanan yang disyaki untuk siasatan oleh Pegawai Kesihatan.
- Pastikan tiada orang lain makan makanan tersebut.
- Maklumkan dengan segera Pejabat Kesihatan Daerah yang terdekat.

Pilihlah pengendali makanan yang bersih serta mempunyai ciri-ciri berikut

- Mengamalkan kebersihan diri, memakai apron dan penutup kepala.
- Berkulit dan berambut pendek.
- Membasuh tangan selepas ke tandas, sebelum menyediakan makanan serta selepas mengendalikan makanan mentah seperti ayam, daging, ikan dan sebagainya.
- Menggunakan penyepit, sudu atau garpu semasa mengambil makanan.
- Menutup makanan yang telah dimasak.
- Memakai apron dan penutup kepala yang bersih dan sesuai ketika mengendalikan makanan.
- Menggunakan tuala khusus dan berasingan untuk mengelap tangan, meja dan pinggan mangkuk.
- Menjaga kebersihan persekitaran di dalam dan di luar premis.
- Tidak merokok, makan sirih, makan atau minum semasa mengendalikan makanan.
- Tidak bersin, batuk, menggaru atau meludah merata-rata.
- Tidak merasa makanan dengan jari.
- Tidak menindih makanan semasa menghidang.
- Tidak memakai perhiasan diri seperti gelang, cincin dan jar.

