**A megfelelő konyhai higiénia csökkenti a fertőzés kockázatát**

**Az élelmiszerkezelés higiéniájának fokozása csökkenti a koronavírus fertőződés kockázatát is, és sok tekintetben megkönnyíti életünket. Ezt szem előtt tartva a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal, a Magyar Táplálkozástudományi Társaság és a TÉT Platform kiadványt állított össze, „*Konyhai higiéniai és élelmiszer biztonsági útmutató humán járványügyi veszélyhelyzet idején*” címmel, mely segíti a vásárlókat a biztonságos konyhai higiéniai és élelmiszer biztonsági folyamatok kialakításában és betartásában.**

„A konyhának kiemelkedő szerepe van otthonunkban! Legyen szó főzésről, étkezésről vagy egy kis lazításról, a konyha a családi élet központi színtere. Érdemes tehát kiemelt figyelmet szentelnünk a tisztán tartására. Itt élelmiszereket dolgozunk fel. Akár járvány idején vagyunk, akár az átlagos mindennapokat éljük, elengedhetetlen a konyha megfelelő takarítása, főleg akkor, ha többen használják.” – mondta dr. Pleva György, a Nébih élelmiszer- és takarmánybiztonsági igazgatója.

A kiadvány a bevásárlás megtervezésétől kezdve, a csomagolt és csomagolás nélküli élelmiszerek, zöldségek, gyümölcsök és egyéb termékek megvásárlásán, szállításán, tárolásán, előkészítésén és elkészítésén keresztül, a maradékok tárolásáig és újra felhasználásáig számos jó tanácsot kínál. Ugyanakkor szót ejt a mosogatás, a hulladéktárolás, a konyhai kisgépek higiéniája és általában a konyha, mint élettér fokozott tisztántartásának fontosságáról is.

A táplálkozással kapcsolatos tévhitek ilyenkor különösen károsak lehetnek, ezért csatlakozott a kiadvány szerkesztéséhez a TÉT Platform. Antal Emese dietetikus, szociológus szerint az átgondolt, tudatos táplálkozás és az élelmiszerek megfelelő ismerete társadalmi szinten is hasznos: „Ha pánikreakció és felhalmozás helyett a szakértők tanácsai alapján tájékozódunk, és kreatívan, a rendelkezésünkre álló élelmiszereket változatosan felhasználva állítjuk össze étrendünket, akkor nemcsak egészségesek maradhatunk, hanem a veszélyhelyzet élelmiszeripari és -kereskedelmi hatását is csökkenthetjük” – fogalmaz a TÉT Platform szakmai vezetője.

A Magyar Táplálkozástudományi Társaság elnöke, Prof. dr. Rurik Imre szerint a mostani veszélyhelyzet idején is sokaknak segíthet a fontos és gyakorlatias konyhai tanácsokat összegző kiadvány: „A táplálkozás alapvető élettani folyamat, amely nagyfokban befolyásolhatja egészségi állapotunkat. A mostani járványhelyzetben a szervezet védekezőképességének fenntartásában felértékelődik a változatos táplálkozás, a megfelelő konyhai higiénia, elkerülendő az ételfertőzés miatti megbetegedést, vagy kórházba kerülést” –  mondja a neves szakmai társaság vezetője.

Bízunk benne, hogy a **Konyhai higiéniai és élelmiszerbiztonsági útmutató járvány idején** című kisokosunkban fellelhető témák hasznos és megfontolandó gyakorlati tippeket adnak nemcsak a konyha terén kezdők számára, hanem a már rutinosabb háziasszonyok is találhatnak olyan új ismereteket, amelyeket a mindennapok során is hasznosíthatnak.

A kiadvány letölthető a Nébih weboldaláról <https://portal.nebih.gov.hu/koronavirus>, az Ételt csak okosan! kampány [weboldaláról](http://eteltcsakokosan.hu/) (*eteltcsakokosan.hu/szakertovalaszol/konyhaiutmutato*), illetve a [http://nebihmondja.hu](http://nebihmondja.hu/documents/konyhai_higieniai_utmutato_A4_web.pdf) weboldalról.

2020. április 21.

Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal