

## SJØMAT NORGES VEILEDER

### PERSONLIG HYGIENE I SJØMATBEDRIFTER

#### Innholdsfortegnelse

1 Innledning .....	2
Formål.....	2
Målgruppe .....	2
Status veileder .....	2
Regelverk.....	3
2 Næringsmiddelbårne sykdommer .....	4
Forurensing av næringsmidler med smittestoffer .....	4
Aktuelle smittestoffer.....	4
Overføring av smittestoffer via ansatte i sjømatbedrifter.....	5
Forebygging av forurensing og smitteoverføring .....	5
3 Personlig hygiene .....	6
Generelle retningslinjer .....	6
Rutiner for besøkende.....	6
Håndhygiene.....	6
4 Rutiner for ansatte som er syke .....	8
Rutiner for ansatte som har sår og rifter.....	8
Ansvar for å melde fra ved mistanke om sykdom .....	8
5 Rutiner ved nyansettelse .....	8
Første dag.....	8
Fremmedspråklige.....	9
Arbeidstakere via vikarbyrå .....	9
Egenerklæring om egen helse .....	9
Helsesertifikat.....	9
6 Opplæring .....	9
Opplæring den første måneden .....	9
Oppfrisking av kunnskap .....	9
Dokumentasjon av opplæring .....	9
Egenerklæring for nyansatte .....	10
Helsesertifikat for arbeidstakere i sjømatbedrifter .....	11

# SJØMAT NORGE Veileder

## Personlig hygiene i sjømatbedrifter

### 1 INNLEDNING

Bakgrunnen for at Sjømat Norge har utarbeidet veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter", er innføringen av nytt hygieneregelverk for matproduksjon fra den 1.mars 2010. Samtidig er hygienebestemmelser i kvalitetsforskrift for fisk og fiskevarer av 14. juni 1996 opphevet. Tidligere detaljerte krav til blant annet legeattest for ansatte i virksomheter som tilvirker fiskerivarer, er erstattet av hygienepakkens mer generelle bestemmelser om hvilke mål som skal oppnås.

Veilederen er utarbeidet av Sjømat Norge med deltagelse av kvalitetsansvarlige fra flere medlemsbedrifter. En tar sikte på fortløpende revidering av veilederen ved endring av relevant regelverk, med minimum hvert femte år.

### FORMÅL

Formålet er å beskrive rutiner for å forebygge direkte eller indirekte overføring av smittestoffer fra ansatte eller andre personer til næringsmidler.

Veilederen beskriver hvordan sjømatbedrifter kan innarbeide kravene til personlig hygiene i sin HACCP baserte egenkontroll, og derved etterleve regelverket.

### MÅLGRUPPE

Veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter" retter seg mot alle virksomheter som tilvirker fiskerivarer, for eksempel fiskemottak, fiskeslakterier, fileterings- og bearbeidingsanlegg, skjellmottak mv.

Primærproduksjon som f. eks fiskebåter og fiskeoppdrettsanlegg er ikke målgruppe. Det er heller ikke detaljister, storhusholdning, kantine eller lignende.

### STATUS VEILEDER

Det er frivillig for sjømatbedrifter å følge veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter" Men når en virksomhet har lagt veilederen til grunn for sin egenkontroll og henviser til den, vil det være forpliktende for virksomheten å følge den, og en referanse for Mattilsynets tilsyn.

### HYGIENEPAKKEN OMFATTER TRE FORSKRIFTER

- Forskrift av 22. desember 2008 nr. 1623 om næringsmiddelhygiene som gjennomfører forordning (EF) nr 852/2004 **(H1)**
- Forskrift av 22. desember 2008 nr. 1624 om fastsettelse av særlige hygieneregler for næringsmidler av animalsk opprinnelse som gjennomfører forordning (EF) nr 853/2004 **(H2)**
- Forskrift av 22. desember 2008 nr. 1622 om fastsettelse av særlige regler for gjennomføring av offentlig kontroll av produkter av animalsk opprinnelse beregnet på konsum som gjennomfører forordning (EF) 854/2004 **(H3)**

Hygienepakken retter seg mot all næringsmiddelproduksjon og **H1** inneholder generelle hygienekrav både for kjøttbedrifter, sjømatbedrifter og andre næringsmiddelvirksomheter.

Veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter" er basert på krav i **H1**, Vedlegg II, kapittel VIII om personlig hygiene. Der det er relevant er også kravene til opplæring i **H1**, Vedlegg II, kapittel XII tatt med.

Følgende Codex Alimentarius dokumenter er også brukt som referanse:

- 1) Recommended International Code of Practice General principles of food hygiene, (CAC/RCP 1- 1969, rev 3-1997 and (1999)): section VII (personal hygiene)
- 2) Code of practice for fish and fishery products (CAC/RCP 52- 2003, rev 2-2005): section 3 (pre-requisite programme)

### KRAV TIL PERSONLIG HYGIENE (H1, VEDLEGG II, KAPITTEL VIII)

- 1) Alle personer som arbeider på steder der næringsmidler håndteres, skal tilstrebe en høy grad av personlig renslighet og bruke klær som er hensiktsmessige og rene, og når det er nødvendig, bruke vernetøy.

Veilederen beskriver i kapittel 3 rutiner som ivaretar kravene med hensyn til personlig hygiene, renslighet og bekledning. Det er spesielt lagt vekt på håndhygiene. Det er også tatt med et punkt om rutiner for besøkende.

- 2) Personer som lider av eller er bærere av en sykdom som kan overføres gjennom næringsmidler, eller som f. eks. har infiserte sår, hudinfeksjoner eller andre sår eller diaré, skal ikke under noen omstendighet håndtere næringsmidler eller gis adgang til et sted der næringsmidler håndteres, dersom det er fare for direkte eller indirekte forurensing. Alle personer med slike lidelser som er ansatt i et næringsmiddelforetak, og som vil kunne

komme i kontakt med næringsmidler, skal umiddelbart melde fra om sykdommen eller symptomene, og om mulig om deres årsaker, til driftsansvarlige for næringsmiddelforetaket.

Veilederen beskriver i kapittel 4 rutiner som ivaretar kravene med hensyn til ansatte som har smittsomme sykdommer. Kapittel 5 beskriver rutiner ved nyansettelse. Det omfatter også rutiner for bruk av egenerklæring om egen helse og helsesertifikat, som det er utarbeidet maler for.

## OPPLÆRING (H1, VEDLEGG II, KAPITTEL XII)

Pkt 1: Personer som håndterer næringsmidler, følges opp, instrueres og/eller gis opplæring i næringsmiddelhygiene på en måte som står i forhold til deres arbeidsoppgaver. Det er den driftsansvarlige for sjømatbedriftene som har ansvar for opplæringen.

Veilederen beskriver i kapittel 6 rutiner for opplæring ved nyansettelse, samt rutiner for oppfrisking av kunnskap. Videre er det omtalt hvordan denne opplæringen skal dokumenteres.

## 2 NÆRINGSMIDDELBÅRNE SYKDOMMER

### FORURENSING AV NÆRINGSMIDLER MED SMITTESTOFFER

Ved bearbeiding og håndtering av sjømat fra råvare til ferdig produkt vil smittestoffer kunne tilføres i alle ledd av produksjonen. Smittestoffene kan komme fra fisken eller annet råstoff, fra produksjonslokalene eller produksjonsutstyr, eller fra de ansatte.

### AKTUELLE SMITTESTOFFER

Mange smittsomme sykdommer kan overføres til mennesker via næringsmidler, og det kalles da næringsmiddelbårne sykdommer. Næringsmiddelbårne sykdommer kan forårsakes av infeksjon med bakterier, virus eller parasitter.

Blant sykdommer som er forårsaket av bakterier, er det størst fare for forurensing og smitteoverføring med bakterier som fører til mage- tarm sykdommer. Slike bakterier kan føre til magesmerter, løs mage og feber. Hvor alvorlig sykdommen er, kan variere fra en enkel diaré til sykehusinnleggelse. I verste fall kan noen næringsmiddelbårne sykdommer føre til dødsfall.

De mest aktuelle bakterielle mage- tarm sykdommene er infeksjon med *Salmonella*, *EHEC*, *Campylobacter* og *Yersinia*.

Også virus og parasitter kan overføres med forurensede næringsmidler. Den mest aktuelle virussykdommen er forårsaket av Norovirus som ofte er årsak til

”omgangssyke”, epidemier med mage- tarm sykdom. Symptomene vil være kvalme, magesmerter, diaré og feber. Det går vanligvis over etter 1 -2 dager. Hepatitt A kan også smitte via matvarer.

En kjent parasitt som kan overføres via næringsmidler er encelleparasitten *Giardia lamblia*, som ved akutt sykdom gir vandig diaré og som kan gå over til en kronisk sykdom.

#### OVERFØRING AV SMITTESTOFFER VIA ANSATTE I SJØMATBEDRIFTER

Alle ansatte i sjømatbedrifter som kan komme i direkte eller indirekte kontakt med uemballerte næringsmidler kan overføre smittestoffer.

Personer som ikke er tilstrekkelig renlige, som lider av bestemte smittsomme sykdommer eller som utfører arbeidet på en uhensiktsmessig måte kan forurense næringsmidler og overføre sykdom til konsumenten.

En vanlig måte å forurense næringsmidler på, er at hendene ikke vaskes umiddelbart etter toalettbesøk eller etter berøring av ulike gjenstander som verktøy, apparatur, dørhåndtak, strømbrytere, gelendere, eller ved håndhilsing o.l., og før kontakt med uemballert sjømat.

#### FOREBYGGING AV FORURENSING OG SMITTEOVERFØRING

Driftsansvarlig for sjømatbedrifter har ansvaret for å etablere tiltak og rutiner i egenkontrollen som forebygger at næringsmiddelet blir forurenset med smittestoffer. Det gjelder selvfølgelig også smitte via ansatte og andre personer som oppholder seg i produksjonslokalene. Overføring av smittestoffer fra de ansatte og andre personer til næringsmidler kan forebygges på ulike måter. Rutiner for å ivareta krav til personlig hygiene er beskrevet i de etterfølgende kapitler.

## 3 PERSONLIG HYGIENE

### GENERELLE RETNINGSLINJER

#### Beskyttende bekledning

- Arbeidsantrekket skal være rent og dekke alt personlig tøy.
- Det skal brukes hårnett som dekker alt hår og ører
- Det skal brukes skjeggbind der det er aktuelt
- Det skal brukes rene støvler og arbeidssko. Disse rengjøres på samme måte som gulv i produksjonslokalene.
- Hjelm, hørselsvern, vernebriller med mer skal rengjøres regelmessig.

#### Personlige artikler

- Personlige artikler som smykker, ringer, piercing, klokker, MP3 og lignende skal ikke tas med inn i produksjonsområdene.
- Parfyme skal benyttes med måte under arbeidet.

#### Annet

- I produksjonslokalene skal en ikke spise, drikke, innta medisiner eller bruke tobakk, snus, tyggegummi eller spytt.
- En skal heller ikke nyse eller hoste på uemballerte matvarer.

### RUTINER FOR BESØKENDE

Besøkende i produksjonslokalene skal ha på seg overtrekksklær og ellers følge relevante rutiner for personlig hygiene som er beskrevet i denne veileder.

### HÅNDHYGIENE

Når en oppholder seg i produksjonslokalene skal hendene være uten ringer med unntak for glatt gifting. Neglene skal være kortklipte og uten neglelakk. Armbånd eller klokke skal ikke brukes. Hendene skal alltid være rene og vaskes dersom de kan være forurenset. Se etterfølgende omtale av rutiner for håndvask.

#### HENDENE MÅ ALLTID VASKES

- Før oppstart av arbeidet.
- Umiddelbart etter toalettbesøk.
- Etter kontakt med gjenstander eller materiale som kan være forurenset.
- Når en kommer inn i produksjonslokaler/rom.

#### BRUK AV HANSKER

Hansker/engangshansker benyttes i tilfeller hvor en ønsker å beskytte næringsmidlet mot håndoverført smitte, eller for å beskytte hendene. Reglene for håndhygiene gjelder også for hender med hansker på! Hansker må skiftes like ofte og etter de samme hendelsene som krever håndvask. Det vil si at hansker må skiftes minst like ofte som en må vaske hendene.

Sjømat Norges veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter" 26.3.2012

# God håndvask er det viktigste enkeltstående forebyggende tiltak mot overføring av smittestoffer til næringsmidler!

- Håndvask utføres ved først å fukte hendene under rennende temperert vann.
- Deretter fordeles flytende såpe fra dispenser i hele hånden slik at det skummer.
- Fjern all synlig forurensning, både i håndflaten, mellom fingrene og under neglene.
- Gni hendene godt i minst 20 sekunder.
- Såpen skylles av med rennende vann.
- Hendene tørkes med engangspapir.
- Bruk papirhåndkleet til å stenge blandebatteriet, slik at ikke hendene forurenses på nytt.

Desinfeksjonsmiddel skal kun benyttes når det er særskilt grunn til det.



Til slutt tørk hendene godt med engangspapir eller tilsvarende.

## 4 RUTINER FOR ANSATTE SOM ER SYKE

Ved mistanke om sykdom som kan utgjøre en fare for matvaretryggheten, skal den ansatte umiddelbart gi beskjed til nærmeste overordnet. Det kan dreie seg om mage- eller tarminfeksjoner (diaré og oppkast), feber, infiserte sår, hudinfeksjoner, byller, andre sår eller lignende.

Vedkommende skal ikke jobbe med uemballerte næringsmidler eller oppholde seg i produksjonslokalene før den ansatte er smittefri. Ta kontakt med bedriftshelsetjenesten for nærmere råd dersom det dreier seg om en mage-tarmsykdom (diaré) som ikke går over i løpet av en til to dager.

Det er bedriftshelsetjenesten, eller behandlende lege, som avgjør om det skal tas prøver, og også hvilke prøver som skal tas. Det vil være de samme som avgjør når vedkommende kan gå tilbake til vanlig arbeid igjen.

## RUTINER FOR ANSATTE SOM HAR SÅR OG RIFTER

Rifter og sår på hender og underarmer skal tildekkes med vanntett forbinding, og det skal benyttes hansker under arbeidet.

## ANSVAR FOR Å MELDE FRA VED MISTANKE OM SYKDOM

Den enkelte ansatte har selv ansvar for sin personlige hygiene og for å melde fra til overordnet ved mistanke om sykdom eller når de har sår og rifter.

## 5 RUTINER VED NYANSETTELSE

### FØRSTE DAG

Alle nyansatte får på første arbeidsdag en kortfattet innføring i bedriftens rutiner med hensyn til personlig hygiene og næringsmiddelhygiene. Nyansatte innebefatter også vikarer, innleid arbeidskraft og lignende.

En kortfattet innføring skal minimum omfatte betydningen med personlig hygiene og håndvask, rene arbeidsklær, tildekking av hår samt gode rutiner for slusing når en går inn og ut av produksjonslokalene. Videre opplyses det om forbud mot smykker, klokker, ørepynt etc. Det er viktig å orientere om plikten til å melde fra ved sykdom og rutiner ved sår.

Det gis en omvisning i bedriften hvor en også blir vist garderobe, sluser, rene klær, toaletter, håndvasker og sluser.

Egenerklæringen (se nedenfor) må signeres første dag.



## FREMMEDSPRÅKLIGE

Hvis fremmedspråklige ikke forstår norsk godt, skal opplæring gis på engelsk eller annet språk, evt. ved hjelp av tolk. Legg spesielt vekt på rutiner for håndvask.

## ARBEIDSTAKERE VIA VIKARBYRÅ

Det bør stilles krav til vikarbyrå om at innleide arbeidstakere har gjennomgått sjømatbedriftens hygienereglement på et språk de forstår. Egenerklæringen må også være signert før de kommer til bedriften. Videre opplæring gis som for alle andre ansatte.

## EGENERKLÆRING OM EGEN HELSE

Nyansatte fyller ut og signerer egenerklæringen. Den vil være grunnlag for helsesertifikat. Svarene er belagt med taushetsplikt, og oppbevares i hver enkeltes journal hos bedriftshelsetjenesten. Mal for egenerklæring er lagt ved bakerst i veilederen.

## HELSESERTIFIKAT

Nyansatte skal få utstedt helsesertifikat via bedriftshelsetjenesten snarest mulig etter ansettelse. Helsesertifikatet skal være basert på egenerklæring. Bedriftshelsetjenesten avgjør på bakgrunn av informasjonen om det behov for nærmere legeundersøkelse i forbindelse med utstedelse av helsesertifikat. Mal for helsesertifikat er lagt ved bakerst i veilederen.

## 6 OPPLÆRING

### OPPLÆRING DEN FØRSTE MÅNEDEN

Det anbefales at nyansatte arbeider under veiledning den første uken.

I løpet av den første måneden skal alle nyansatte få en grundigere opplæring i næringsmiddelhygiene og personlig hygiene. Slik opplæring skal dokumenteres.

### OPPFRISKING AV KUNNSKAP

Informasjon og opplæring i personlig hygiene, næringsmiddelhygiene, og sjømatbedriftens egenkontrollrutiner bør jevnlig være tema på bedriftsinterne møter. En slik oppfrisking gjennomføres minimum årlig og skal dokumenteres.

### DOKUMENTASJON AV OPPLÆRING

Virksomheten skal dokumentere opplæringen og oppdateringen i egenkontrollen.

# EGENERKLÆRING FOR NYANSATTE

Denne erklæringen fylles ut av den nyansatte og leveres bedriftshelsetjenesten. Svarene er taushetsbelagt, og oppbevares i hver enkeltes journal hos bedriftshelsetjenesten.

## PERSONOPPLYSNINGER

Etternavn, fornavn:	Fødselsdato:
Adresse:	Telefon:
Ansatt ved (bedriftens navn):	Avdeling:
Stilling:	Ansatt dato:

## HELSEOPPLYSNINGER

Ja    Nei

1	Har du hatt diaré i mer enn 4-5 dager den siste mnd, eller hatt løsere avføring enn vanlig?		
4	Er du under behandling/kontroll for tuberkulose?		
5	Har du eller bruker du å ha kroniske sår eller byller på huden/hender/i øret?		
6	Er du under behandling/kontroll for andre smittsomme sykdommer (for eksempel hepatitt)?		

Jeg føler meg frisk og har ikke kjennskap til noe som er til hinder for at jeg kan arbeide med næringsmiddelproduksjon.

Jeg forsikrer at opplysningene som er gitt er korrekte, og at jeg straks vil melde fra til nærmeste leder om jeg får mistanke om sykdom som medfører at jeg ikke kan arbeide med uemballerte næringsmidler.

\_\_\_\_\_

Dato:

\_\_\_\_\_

Sign.:

Sjømat Norges veileder "Personlig hygiene i sjømatbedrifter" 26.3.2012

# HELSECERTIFIKAT FOR ARBEIDSTAKERE I SJØMATBEDRIFTER

## PERSONOPPLYSNINGER

Etternavn, fornavn:	Fødselsdato:
Adresse:	Telefon:
Ansatt ved (bedriftens navn):	Avdeling:
Stilling:	Ansatt dato:

Det bekreftes at ..... er undersøkt i dag.

På bakgrunn av egenerklæringen og undersøkelsen finner en ikke noe til hinder for av vedkommende kan arbeide med uemballerte næringsmidler.

\_\_\_\_\_

Sted: Dato:

\_\_\_\_\_  
Signatur og stempel bedriftshelsetjenesten

Firma: Navn på bedriftshelsetjenesten