**TÌM HIỂU KIẾN THỨC PHÒNG CHỐNG DỊCH BỆNH, VSAT, ATTP**

Trong bối cảnh biến đổi khí hậu, tình trạng ô nhiễm môi trường, đô thị hóa diễn ra nhanh chóng là điều kiện thuận lợi cho các bệnh truyền nhiễm phát sinh, phát triển gây dịch. Hà Nội là đô thị lớn, mật độ dân số cao, là đầu mối giao lưu trong nước và quốc tế, vì vậy dịch bệnh có diễn biến phức tạp. Những năm qua, một số bệnh dịch lưu hành có xu hướng gia tăng như tay chân miệng, cúm, sởi…, đồng thời, các dịch bệnh mới nổi như: Mers-CoV, Ebola, bệnh do vi-rút Zika tiềm ẩn nguy cơ xâm nhập.

Ðáng chú ý nhất là dịch sốt xuất huyết hoành hành trên địa bàn thành phố trong những năm qua.Từ đầu năm đến nay, trên địa bàn Hà Nội có 59 trường hợp sốt xuất huyết được phát hiện, số mắc giảm nhiều so với cùng kỳ năm 2017. Tuy nhiên, còn tồn tại rất nhiều yếu tố nguy cơ để sốt xuất huyết phát sinh, phát triển thành dịch: tình trạng ô nhiễm môi trường với nhiều phế thải, phế liệu tồn đọng là nơi muỗi đẻ trứng, mật độ dân cư cao, nhiều khu vực nhà trọ, công trường xây dựng với điều kiện ăn, ở tạm bợ...

Bệnh sởi cũng bắt đầu gia tăng. Từ đầu tháng 3 đến nay, trên địa bàn thành phố phát hiện từ ba đến sáu ca bệnh sởi/tuần. Theo dự báo, thời tiết mùa hè năm 2018 tiếp tục diễn biến bất thường, nóng ẩm, mưa nhiều là điều kiện thuận lợi cho các dịch bệnh như sởi, ho gà, tay chân miệng, viêm não Nhật Bản… bùng phát Bộ Y tế khuyến cáo, để phòng chống dịch bệnh mùa hè, người dân cần thực hiện ăn chín, uống chín; đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm; uống đủ nước và tăng cường dinh dưỡng, tăng cường ăn hoa quả để đảm bảo đủ vitamin nhằm tăng sức đề kháng của cơ thể. Người dân tăng cường vệ sinh cá nhân, thường xuyên rửa tay với xà phòng, đặc biệt trước khi chế biến thức ăn, sau khi đi vệ sinh; vệ sinh mũi, họng hàng ngày bằng nước muối sinh lý. Các gia đình nên thường xuyên lau sạch các bề mặt, vật dụng tiếp xúc hàng ngày như: đồ chơi, dụng cụ học tập, tay nắm cửa, tay vịn cầu thang, mặt bàn/ghế, sàn nhà bằng xà phòng hoặc các chất tẩy rửa thông thường; sử dụng nhà tiêu hợp vệ sinh, chất thải của trẻ phải được thu gom, xử lý và đổ vào nhà tiêu hợp vệ sinh. Người dân tích cực thực hiện các biện pháp diệt loăng quăng/bọ gậy; loại bỏ các vật liệu phế thải, các hốc nước tự nhiên không cho muỗi đẻ trứng (chai, lọ, mảnh chai, vỏ dừa, lốp/vỏ xe cũ...). Đặc biệt, các gia đình cần đưa trẻ đi tiêm vắc xin phòng bệnh đầy đủ, đúng lịch. Khi có biểu hiện nghi ngờ mắc bệnh truyền nhiễm, người dân cần đến ngay cơ sở y tế để được khám và tư vấn điều trị kịp thời; không tự ý điều trị tại nhà.

Bảo đảm chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm giữ vị trí quan trọng trong sự nghiệp bảo vệ sức khỏe nhân dân, góp phần giảm tỷ lệ mắc bệnh, duy trì và phát triển nòi giống, tăng cường sức lao động, học tập, thúc đẩy sự tăng trưởng kinh tế, văn hóa xã hội và thể hiện nếp sống văn minh. Mặc dù hiện nay đã có nhiều tiến bộ về khoa học kỹ thuật trong công tác bảo vệ và an toàn vệ sinh thực phẩm, cũng như biện pháp về quản lý giáo dục như ban hành luật, điều lệ và thanh tra giám sát vệ sinh an toàn thực phẩm, nhưng các bệnh do kém chất lượng về vệ sinh thực phẩm và thức ăn ở Việt Nam vẫn chiếm tỷ lệ cao.

      Những năm gần đây, nền kinh tế Việt Nam chuyển sang cơ chế thị trường. Các loại thực phẩm sản xuất, chế biến trong nước và nước ngoài nhập vào Việt Nam ngày càng nhiều chủng loại. Việc sử dụng các chất phụ gia trong sản xuất trở nên phổ biến. Các loại phẩm màu, đường hóa học đang bị lạm dụng trong pha chế nước giải khác, sản xuất bánh kẹo, chế biến thức ăn sẵn như thịt quay, giò chả, ô mai … Nhiều loại thịt bán trên thị trường không qua kiểm duyệt thú y. Tình hình sản xuất thức ăn, đồ uống giả, không đảm bảo chất lượng và không theo đúng thành phần nguyên liệu cũng như quy trình công nghệ đã đăng ký với cơ quan quản lý. Nhãn hàng và quảng cáo không đúng sự thật vẫn xảy ra.

      Ngoài ra, việc sử dụng hóa chất bảo vệ thực vật bao gồm thuốc trừ sâu, diệt cỏ, hóa chất kích thích tăng trưởng và thuốc bảo quản không theo đúng quy định gây ô nhiễm nguồn nước cũng như tồn dư các hóa chất này trong thực phẩm. Việc bảo quản lương thực thực phẩm không đúng quy cách tạo điều kiện cho vi khuẩn và nấm mốc phát triển đã dẩn đến các vụ ngộ độc thực phẩm. Các bệnh do thực phẩm gây nên không chỉ là các bệnh cấp tính do ngộ độc thức ăn mà còn là các bệnh mạn tính do nhiễm và tích lũy các chất độc hại từ môi trường bên ngoài vào thực phẩm, gây rối loạn chuyển hóa các chất trong cơ thể, trong đó có bệnh tim mạch và ung thư.

Theo báo cáo của Tổ chức Y tế Thế giới đánh giá các chương trình hành động đảm bảo chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm trên toàn cầu đã xác định được nguyên nhân chính gây tử vong ở trẻ em là các bệnh đường ruột, phổ biến là tiêu chảy. Đồng thời cũng nhận thấy nguyên nhân gây các bệnh trên là do thực phẩm bị nhiễm khuẩn. Ở Việt Nam, theo thống kê của Bộ Y tế, trong 10 nguyên nhân gây tử vong thì nguyên nhân do vi sinh vật gây bệnh đường ruột đứng thứ 2.

Để bảo vệ sức khỏe của chính mình, gia đình và xã hội thì người dân có thể vận dụng một số nguyên tắc bảo đảm VSATTP như: Thường xuyên tìm hiểu những kiến thức và kỹ thuật chọn các loại thực phẩm có giá trị dinh dưỡng, giá cả phải chăng, bảo đảm vệ sinh an toàn; Chọn các loại rau quả tươi, thịt, cá tươi, trứng tươi, ngũ cốc không bị mốc, chú ý thời hạn sử dụng khi mua các thực phẩm chế biến sẵn hoặc đóng hộp. Sử dụng nước sạch, an toàn để chế biến thức ăn, đồ uống và rửa dụng cụ.

Các đồ dùng để nấu nướng và ăn uống phải đảm bảo vệ sinh sạch sẽ, không dùng khăn ẩm mốc để lau khô chén đũa. Nấu chín kỹ thực phẩm thịt, cá dễ bị ô nhiễm bởi vi sinh vật gây bệnh và ăn ngay sau khi nấu. Thức ăn nấu chín để quá 4 giờ và nhất là để cách đêm nhất thiết phải đun nấu chín lại. Không để lẫn lộn thực phẩm chín với thực phẩm sống khi bảo quản. Không dùng thớt cho thịt chín chung với thịt sống.

Giữ gìn vệ sinh cá nhân người nấu ăn thông qua việc rửa tay kỹ bằng xà phòng và nước sạch khi bắt tay vào chế biến thức ăn. Cắt ngắn móng tay, không dùng tay để bốc và chia thức ăn. Không tham gia chế biến thực phẩm hoặc phục vụ ăn uống khi đang bị đau bụng, tiêu chảy, sốt, nôn ói, nhiễm trùng ngoài da hoặc các bệnh lây truyền khác.

Giữ gìn vệ sinh thật tốt nơi ăn uống và chế biến thực phẩm như phải cách xa khu chăn nuôi gia súc, nhà vệ sinh, bãi rác thải, cống rãnh ô nhiễm. Nơi ăn phải sạch sẽ thoáng mát, có bàn ăn cao tránh bụi bẩn, thức ăn sẵn phải có lồng bàn che đậy phòng ruồi nhặng. Phải có đủ nước sạch, có vòi nước, rửa tay trước khi ăn.

**Để ngăn chặn các nguy cơ ngộ độc thực phẩm tại các gia đình, bếp ăn tập thể, cơ sở cung cấp thức ăn sẵn và dịch vụ ăn uống, cần có sự chung tay của cộng đồng trong việc đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm,**“tẩy chay” các loại thực phẩm kém chất lượng, lựa chọn các thực phẩm tại các cơ sở có uy tín, có nguồn gốc rõ ràng, thực phẩm đã được kiểm định thì sức khỏe của người dân sẽ được đảm bảo, an toàn hơn.

Hãy cùng chung tay để  làm cho cuộc sống của chúng ta tốt đẹp hơn bằng cách: thực hiện tốt công tác phòng chống dịch bệnh, đảm bảo an toàn thực phẩm cho chính con em và người thân của chúng ta.