Dị ứng thực phẩm là một tình trạng bệnh lý nghiêm trọng có thể đe dọa đến tính mạng. Mặc dù gần như bất kỳ loại thực phẩm nào cũng có thể gây ra phản ứng dị ứng, nhưng có chín chất gây dị ứng chính từ thực phẩm gây ra nhiều phản ứng dị ứng thực phẩm nhất ở Hoa Kỳ. Nhân viên thực phẩm phải được đào tạo về chất gây dị ứng từ thực phẩm vì nó liên quan đến nhiệm vụ công việc của họ như là biết rõ các chất gây dị ứng chính từ thực phẩm, các triệu chứng của phản ứng dị ứng, cách truyền đạt với khách hàng về chất gây dị ứng và cách ngăn ngừa chất gây dị ứng khi chuẩn bị hoặc phục vụ thức ăn.

Bộ công cụ: Nhận Biết Chất Gây Dị Ứng

**Lưu ý**: Sử dụng tài liệu này để giúp cơ sở của quý vị duy trì Active Managerial Control (AMC, Kiểm Soát Quản Lý Tích Cực). Hãy chắc chắn hợp tác với sở y tế địa phương để biết thêm thông tin nếu cần. ([www.doh.wa.gov/localhealthfoodcontacts](http://www.doh.wa.gov/localhealthfoodcontacts))

|  |
| --- |
| **Phần 1: Thông Tin về Cơ Sở Thực Phẩm** |
| **Tên Cơ Sở**      | **Điện thoại**      |
| **Đường (Địa Chỉ Thực Tế)**      | **Thành Phố**      | **ZIP**      | **Email**      |
| **Tên Người Liên Hệ**      | **Chức vụ / Vai Trò**      |
| **Phần 2: Đánh Giá Menu** |
| Đánh giá nguồn cung cấp và đọc kỹ nhãn gói hàng để tìm các chất gây dị ứng tiềm ẩn. Chọn tất cả những loại được sử dụng trong cơ sở của quý vị. |
| [ ]  **Cá** như cá hồi, cá tuyết, cá bơn, cá rô phi | [ ]  **Đậu nành** như edamame, miso, nước tương, tempeh, đậu phụ |
| [ ]  **Động vật giáp xác có vỏ** như cua, tôm hùm, tôm | [ ]  **Đậu phộng** như bơ đậu phộng, bột đậu phộng, các loại hạt hỗn hợp |
| [ ]  **Trứng** như trứng, cocktail trứng sữa, bánh trứng meringue, sốt mayonnaise | [ ]  **Lúa mì** như bánh mì, cơm couscous, mì ống, cỏ lúa mì |
| [ ]  **Sữa** như bơ, phô mai, kem, bơ ghee, sữa | [ ]  Vừng như hạt vừng, dầu vừng, sốt bơ vừng |
| [ ]  **Hạt cây** như hạnh nhân, hạt điều, quả phỉ, mắc ca, quả hồ đào, hạt thông, hạt dẻ cười, quả óc chó |
| **Phần 3: Triệu Chứng Dị Ứng Thực Phẩm** |
| Tất cả nhân viên thực phẩm, bao gồm cả người phục vụ, cần biết những gì cần chú ý ở những khách hàng bị dị ứng thực phẩm.**Phản ứng nghiêm trọng cần được chăm sóc y tế ngay lập tức, bao gồm việc gọi 911.** |
| * Phát ban
* Da ửng đỏ
* Ngứa ran trong miệng
* Sưng mặt, lưỡi hoặc môi
 | * Nôn mửa hoặc tiêu chảy
* Ho hoặc thở khò khè
* Chóng mặt, lú lẫn, lo lắng
* Sưng cổ họng
 | * Đau bụng
* Khó thở
* Mất ý thức
* Các triệu chứng khác cũng có thể xảy ra
 |
| **Phần 4: Lây Truyền Chéo** |
| Chất gây dị ứng từ thực phẩm có thể lây truyền khi thực phẩm và bề mặt tiếp xúc với nhau. Đảm bảo luôn sử dụng công cụ làm sạch nhà bếp khi chế biến các thực phẩm không chứa chất gây dị ứng. Việc nấu ăn đúng cách không làm giảm chất gây dị ứng. Nếu đã nấu sai, thức ăn phải được nấu lại. |
| **Nguồn lây truyền chéo** | **Ví dụ** |
| **Tay (ngay cả khi đeo găng tay) và dụng cụ ăn uống** | * Chạm vào hạnh nhân và sau đó xử lý phô mai
* Sử dụng cùng một chiếc phới trộn để lật miếng chả cá trước miếng chả burger
 |
| **Các bề mặt như thớt, nồi, chảo** | * Nấu thịt xông khói trên vỉ nướng sau khi nướng trứng trên bề mặt vỉ nướng
* Cắt phô mai trên thớt sau khi cắt bánh mì
 |
| **Hơi nước, những thứ văng vãi, vụn bánh** | * Hơi nước từ việc nấu các động vật có vỏ phun vào thức ăn gần đó
* Bột bánh pancake lẫn vào bột văng lên thịt xông khói
 |
| **Bảo quản** | * Sữa nhỏ giọt vào rau trong tủ lạnh
* Thanh cua được bảo quản trong cùng thùng chứa với cua đã nấu chín
 |
| **Gia vị** | * Đặt một con dao dùng để phết bơ đậu phộng vào lọ thạch
* Nước tương được thêm vào nước sốt salad tự làm
 |
| **Chất lỏng và dầu ăn** | * Tái sử dụng dầu ăn để xào rau sau khi áp chảo cá
* Nấu khoai tây chiên trong nồi chiên ngập dầu sau khi nấu thịt gà tẩm bột
 |
| **Phạm sai lầm** | * Lấy bánh mì crouton từ món salad
* Lấy trứng ra khỏi đĩa thay vì làm món mới
 |
| **Ngăn ngừa lây truyền chéo.** Làm sạch bằng xà phòng và nước sẽ loại bỏ chất gây dị ứng khỏi bề mặt. Rửa, tráng, khử trùng và sấy khô tất cả các dụng cụ ăn uống và bề mặt tiếp xúc với thực phẩm trước khi sử dụng. Đối với mỗi món trong thực đơn không có chất gây dị ứng, chỉ sử dụng:* tay sạch
* các dụng cụ ăn uống sạch như phới trộn, thìa, dao và găng tay
* các bề mặt sạch như thớt, nồi, chảo, khay nướng
* dầu ăn và nước sạch
 |



Bộ công cụ: Nhận Biết Chất Gây Dị Ứng

|  |
| --- |
| **Phần 5: Nguồn Chất Gây Dị Ứng Tiềm Ẩn** |
| Thực phẩm chế biến sẵn và đóng gói có thể ẩn chứa nguồn gây dị ứng. Đọc kỹ “thành phần” và “những thứ có trong đó”. Các ví dụ sau đây có thể cho thấy sự hiện diện của chất gây dị ứng nhưng không phải là danh sách đầy đủ. |
| **Động vật có vỏ giáp xác** | Súp Bouillabaisse, mực nang, bột cá, nước mắm, nước kho cá, glucosamine, bột hương liệu hải sản, hơi nước từ việc nấu hải sản, thanh cua |
| **Trứng** | Albumin, chất kết dính, chất nhũ hóa, globulin, livetin, lecithin, lysozyme, các từ bắt đầu bằng “ova” hoặc “ovo”, vitelin |
| **Cá** | Cá cơm trong sốt salad, thịt nướng và sốt Worcestershire, bột cá, nước mắm, nước kho cá, gelatin kosher, dầu, trứng cá, hơi nước từ việc nấu hải sản, hương liệu hải sản, sụn/vây cá mập, thanh cua |
| **Sữa** | Hương bơ nhân tạo, màu/hương caramel, casein, bơ ghee, lactalbumin phosphate, men chua, lactose, hương liệu tự nhiên, casein rennet, sữa bột gầy, sữa bột, sữa chua, tagatose, đạm váng sữa, yogurt |
| **Đậu phộng** | Các món ăn và nước sốt Châu Phi, Châu Á và Mexico; dầu lạc, dầu đậu phộng (trừ khi đã được tinh chế cao), chất nhũ hóa, hương liệu, bánh hạnh nhân, bơ đậu phộng, hạt hướng dương (nếu chế biến trên thiết bị dùng chung) |
| **Vừng** | Bánh mì, bánh bao, ngũ cốc, bánh quy, bánh quy giòn, chả đậu gà falafel, sốt hummus, bơ thực vật, bánh mì nướng melba, bánh quy xoắn, thanh protein, nước sốt salad, bột vừng, dầu vừng, món xào, sushi, sốt bơ vừng, tempeh |
| **Đậu nành** | Edamame, bột guar gum, protein thực vật thủy phân (HVP), lecithin, bột ngọt, chất tăng cường protein, nước tương shoyu, nước tương, dầu đậu nành (trừ khi đã được tinh chế cao), tinh bột, tamari, tempeh, protein thực vật dạng kết cấu |
| **Hạt cây** | Các loại hạt nhân tạo, baklava, gianduja, thanh granola, vải thiều, bánh macaron, bánh hạnh nhân, kẹo nougat, sản phẩm chưng cất từ hạt/chiết xuất từ ​​cồn, sản phẩm chiết xuất từ hạt, bột các loại hạt, dầu các loại hạt, bột nhão từ các loại hạt, sốt pesto, hạt thông, kẹo nhân hạt, tinh dầu lộc đề xanh |
| **Bột mì** | Bánh mì vụn, lúa mì bulgur, cám, bột bắp, bột, lúa mì farro, bột mì, lúa mì nguyên hạt freekeh, tinh bột hồ hóa, gluten, protein thực vật thủy phân, Kamut, matzoh, tinh bột biến tính, bột ngọt, đạm, bột báng, bột mì spelt, tinh bột, triticale, kẹo cao su thực vật, tinh bột thực vật, vital gluten, dầu mầm lúa mì, cỏ lúa mì |
| **Phần 6: Thông Báo và Chương Trình Đào Tạo** |
| **Chương Trình Đào Tạo cho Nhân Viên:** Nhân viên phải được đào tạo đúng cách về những điều sau: |
| * Nhận biết 9 chất gây dị ứng chính từ thực phẩm
* Triệu chứng của phản ứng dị ứng
* Những điều cần làm nếu ai đó bị dị ứng
 | * Trao đổi với khách hàng, Người Phụ Trách và nhân viên được chỉ định
* Làm sạch và khử trùng để ngăn ngừa lây truyền chéo
* Cách chế biến hoặc thay thế thực phẩm để ngăn ngừa dị ứng
 |
| [ ]  | Ai sẽ được đào tạo để chuẩn bị bữa ăn không có chất gây dị ứng hoặc xác định xem có cần các lựa chọn bữa ăn khác nhau không?[ ]  Tất cả nhân viên [ ]  Người Phụ Trách/Quản Lý [ ]  Đầu bếp/bếp chính [ ]  Khác:       |
| [ ]  | Nhân viên tiền sảnh sẽ thông báo cho người quản lý hoặc nhân viên hậu sảnh về yêu cầu bữa ăn không có chất dị ứng bằng cách nào?[ ]  Bằng Lời [ ]  Bằng Văn Bản [ ]  Cả Bằng Lời và Văn Bản [ ]  Khác:       |
| [ ]  | Tần suất nhân viên được đào tạo?[ ]  Khi tuyển dụng [ ]  Thường niên [ ]  Khi thấy có vấn đề xảy ra [ ]  Khác:       |
| [ ]  | Nhân viên được đào tạo như thế nào?[ ]  Đọc và ký vào tài liệu [ ]  Trên bảng chỉ dẫn được dán [ ]  Đào tạo về chất gây dị ứng trực tuyến/trong lớp học [ ]  Khác:       |
| [ ]  | Khách hàng được thông báo bằng văn bản về các lựa chọn không có chất gây dị ứng như thế nào?[ ]  Trên menu [ ]  Biển hiệu được dán ở lối vào [ ]  Tại điểm bán [ ]  Khác:       |
| **Phần 7: Thông Tin Thêm Dành Riêng Cho Cơ Sở** |
|       |
| **Phần 8: Chữ ký** |
| Người lên kế hoạch:       |
|                    |
| Chữ ký Ngày | Tên Viết Hoa Điện Thoại |