

เอกสารข้อมูลมาตรฐานอาหาร #7

สิ่งที่คุณควรรู้เกี่ยวกับมาตรฐาน

WWW.HEALTHOREGON.ORG
/FOODSAFETY

**OAR 333-150-0000, บทที่
1-201.10(B); 2-102.11
(C)(9); 3-602.11(B)(5)**

1-201.10(B)

“สารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญ”

หมายถึง:

(a) นม ไข่ ปลา (เช่น ปลากระพง ปลาอินทรี ปลาดีด และรวมถึงสัตว์น้ำที่มีเปลือกแข็ง เช่น ปู กุ้ง กุ้งก้ามกราม หรือกุ้ง) ถั่วเปลือกแข็ง (เช่น อัลมอนด์ พีแคน หรือวอลนัท) ข้าวสาลี ถั่วลิสง และถั่วเหลือง หรือ

(b) ส่วนผสมอาหารที่มีโปรตีนที่ได้จากอาหารตามที่ระบุไว้ในอนุวรรต (1)(a) ของคำจำกัดความนี้

2-102.11(C)(9)

การอธิบายเกี่ยวกับอาหารที่ระบุว่าเป็นสารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญและอาการที่สารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญสามารถทำให้เกิดในบุคคลที่มีความละเอียดอ่อนซึ่งมีอาการแพ้^{Pf}

3-602.11(B)(5)

ชื่อของแหล่งอาหารสำหรับสารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญแต่ละชนิดที่มีอยู่ในอาหาร เว้นแต่แหล่งอาหารนั้นเป็นส่วนหนึ่งของชื่อสามัญหรือชื่อปกติของส่วนผสมที่เกี่ยวข้องแล้ว (มีผลใช้บังคับ 1 มกราคม 2006)^{Pf}

เหตุผลด้านสาธารณสุข:

การแพ้อาหารเป็นปฏิกิริยาเฉพาะที่เกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกัน ร่างกายผลิตแอนติบอดีต่ออาหาร เมื่ออาหารบางชนิดถูกกินเข้าไปและจับกับแอนติบอดีแล้ว บุคคลนั้นจะเกิดอาการแพ้

สารก่อภูมิแพ้

บุคคลที่รับผิดชอบจะต้องสามารถอธิบายสารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญและอาการที่สารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่สำคัญสามารถทำให้เกิดในบุคคลที่มีความอ่อนไหวซึ่งมีอาการแพ้

ด้วย 1 ใน 25 ของชาวอเมริกันมีรายงานการแพ้อาหาร ร้านอาหารมีแนวโน้มมากขึ้นจะพบเจอลูกค้าที่ต้องการอาหารพิเศษตาม Food Allergy & Anaphylaxis Network มากขึ้น (<http://www.foodallergy.org/section/welcoming-guests-with-with-food-allergies>).

อาหารแปดชนิดคิดเป็น 90% ของอาการแพ้อาหารทั้งหมด พวกนั้นคือ:

1. นม (เช่น เนย โยเกิร์ต ชีส นม ช็อกโกแลต ไอศกรีม และของหวาน)
2. ไข่ (อะไรก็ตามที่มีไข่)
3. ถั่วลิสง
4. ถั่วต้น (เช่น วอลนัท อัลมอนด์ เฮเซล เม็ดมะม่วงหิมพานต์ พิสตาชิโอ และพีแคน)
5. ปลา (เช่น ปลาลิ้นหมา ปลาแซลมอน ปลากระพง และปลาดีด)
6. หอย (เช่น ปู กุ้งก้ามกราม และกุ้ง)
7. ข้าวสาลี (เช่น ขนมปัง, แป้ง, รุส, การทำขนมปัง, ของหวาน, ซุปเบส และเครื่องปรุงบางอย่าง) และ
8. ถั่วเหลือง (เช่น เต้าหู้และซอส)

ประเภทอาหารที่มีความเสี่ยง ได้แก่ ของหวาน ซอส สลัดบาร์ บุฟเฟ่ต์ อาหารทอด และอาหารที่มีส่วนผสมมากมาย

การแพ้อาหารเป็นการตอบสนองที่ร้ายแรงต่อการบริโภคอาหารบางชนิด

หรือวัตถุเจือปนอาหาร สำหรับผู้ที่อ่อนไหวง่าย ปฏิกิริยาอาจเกิดขึ้นภายในไม่กี่นาทีหรือชั่วโมง และอาการอาจมีตั้งแต่ไม่รุนแรงจนถึงอันตรายถึงชีวิต อาการแพ้อาจรวมถึงลมพิษ ผื่นแดง หรือมีผื่น รู้สึกชาหรือคันในปาก ใบหน้า ลิ้นหรือริมฝีปากบวม อาเจียนและ/หรือท้องเสีย ปวดท้อง ไอหรือหายใจมีเสียงวี๊ด เวียนศีรษะและ/หรือหน้ามืด อาการ



สำหรับบางคน การรับประทานอาหารที่ไม่เหมาะสมเพียงเล็กน้อยอาจทำให้เกิดอาการแพ้ได้

บวมที่คอและเส้นเสียงและหายใจลำบาก หากคุณสังเกตเห็นปฏิกิริยาดังกล่าว ควรรีบบอกผู้จัดการ

หากลูกค้ากำลังเดือดร้อน ให้โทร 911 และอยู่กับลูกค้าจนกว่าความช่วยเหลือจะมาถึง

แพ้อาหาร

สิ่งที่คุณต้องรู้



ผู้คนนับล้านมีอาการแพ้อาหารซึ่งอาจมีตั้งแต่อาการที่ไม่รุนแรงจนถึงอันตรายถึงชีวิต

สารก่อภูมิแพ้ในอาหารที่พบบ่อยที่สุด



ถั่ว



ต้นถั่ว



ปลา



หอย



ไข่



นม



ข้าวสาลี



ถั่วเหลือง

* ให้ลูกทำได้ทำการตัดสินใจอย่างมีข้อมูลเสมอ

เมื่อลูกคำแจ้งว่ามีคนในปาร์ตี้ของพวกเขาแพ้อาหาร ให้ปฏิบัติตาม 4 R'S ด้านล่าง:

- **อ้างอิง** ชอ้ก่วงลเรื่องการแพ้อาหารกับผู้จัดการแผนกหรือบุคคลที่รับผิดชอบ
- **ตรวจสอบ** การแพ้อาหารกับลูกคำและตรวจสอบฉลากส่วนผสม
- **อย่าลืม** ให้ตรวจสอบขั้นตอนการเตรียมการสำหรับการป็นป้อนข้ามที่อาจเกิดขึ้น
- **ตอบกลับ** ไปยังลูกคำและแจ้งให้พวกเขาทราบถึงสิ่งที่คุณค้นพบ

* แหล่งที่มาของการป็นป้อนข้าม:

- น้ำมันปรุงอาหาร การกระเซ็น และไอน้ำจากการปรุงอาหาร
- อาหารที่ประกอบด้วยสารก่อภูมิแพ้สัมผัสหรือสัมผัสกับอาหารที่ปราศจากสารก่อภูมิแพ้ (Le. มัฟฟินที่มีถั่วสัมผัสกับมัฟฟินที่ไม่มีถั่ว)

อุปกรณ์ทำอาหารใด ๆ ที่ใช้สำหรับการแปรรูปอาหารที่ปลอดสารก่อภูมิแพ้ต้องได้รับการทำความสะอาดและฆ่าเชื้ออย่างทั่วถึงก่อนใช้งาน

- อุปกรณ์ครัวทั้งหมด (เช่น ช้อน มีด ไม้พาย ที่ตีบ) เขียง ชาม หม้อ ถาดอาหาร ถาดรองจาน พื้นผิวสำหรับเตรียมอาหาร
- หม้อทอดและเตาย่าง
- ล้างมือและเปลี่ยนถุงมือหลังจากจัดการกับอาหารอาจก่อให้เกิดภูมิแพ้



* หากลูกคำมีอาการแพ้ โทร 911 และแจ้งฝ่ายบริหาร