

ເອກະສານຂໍ້ມູນຄວາມຈິງຂອງກົດລະບຽບອາຫານໝາຍເລກ 7

ສິ່ງທີ່ທ່ານຄວນຮູ້ກ່ຽວກັບກົດລະບຽບ

WWW.HEALTHOREGON.ORG/
FOODSAFETY

ອາການແພ້

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

1-201.10(B)

“ການແພ້ອາຫານສ່ວນໃຫຍ່”ໝາຍເຖິງ: ນົມ, ໄຂ່, ປາ (ເຊັ່ນ ປາບາສ, ປາລິນໝາ, ປາຄັອດ, ແລະ ລວມເຖິງ ສັດເປືອກແຂງ ເຊັ່ນ ປູ, ກຸ້ງມັງກອນ, ກຸ້ງຂາວ), ຖົ່ວຍື່ນຕົ້ນ (ເຊັ່ນ ໝາກອາລມອນ, ພິແກນ, ຫຼື ວ່ນັດ), ເຂົ້າສາລີ, ຖົ່ວດິນ, ແລະ ຖົ່ວເຫຼືອງ; ຫຼື ວັດຖຸຕົ້ມອາຫານທີ່ມີທາດໂປຣຕີນຈາກອາຫານ, ດັ່ງທີ່ລະບຸໃນ ວັກຢ່ອຍ(1)(a) ຂອງຄຳນິຍາມນີ້.

2-102.11(C)(9)

ການອະທິບາຍອາຫານທີ່ກຳນົດເອົາການແພ້ອາຫານສ່ວນໃຫຍ່ ແລະ ອາການຂອງການແພ້ອາຫານສາມາດສ້າງຄວາມລະອຽດອ່ອນໃຫ້ແກ່ຜູ້ທີ່ມີອາການແພ້.^{PF}

3-602.11(B)(5)

ຊີ້ຂອງແຫຼ່ງທີ່ມາຂອງອາຫານທີ່ເປັນການແພ້ອາຫານແຕ່ລະປະເພດທີ່ມີຢູ່ໃນອາຫານຖ້າແຫຼ່ງທີ່ມາຂອງອາຫານນັ້ນແມ່ນເປັນສ່ວນໜຶ່ງຂອງຊີ້ທົ່ວໄປທີ່ບໍ່ກະຕຶຕາມແຕ່ລະປະເພດຂອງວັດຖຸຕົ້ມ (ມີຜົນສັກສິດຕັ້ງແຕ່ ເດືອນມັງກອນ 1, 2006).^{PF}

ເຫດຜົນດ້ານສາທາລະນະສຸກ:

ການແພ້ອາຫານແມ່ນປະເພດສະເພາະຂອງປະຕິກິລິຍາທີ່ມີການພົວພັນເຖິງລະບົບພູມຄຸ້ມກັນ. ຮ່າງກາຍຜະລິດສານຕໍ່ຕ້ານຕໍ່ອາຫານ. ເມື່ອອາຫານສະເພາະໄດ້ຖືກຢ່ອຍ ແລະ ຕ້ານກັບລະບົບພູມຕ້ານທານ, ບຸກຄົນນັ້ນຈະມີປະຕິກິລິຍາແພ້ອາຫານ.

ຜູ້ທີ່ຮັບຜິດຊອບຕ້ອງສາມາດອະທິບາຍການແພ້ອາຫານສ່ວນໃຫຍ່ ແລະ ອາການທີ່ການແພ້ອາຫານສ່ວນໃຫຍ່ມັກກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມລະອຽດອ່ອນແກ່ຜູ້ທີ່ແພ້ອາຫານ.

ຈຳນວນໜຶ່ງໃນ 25 ຄົນໃນອາເມລິກາແມ່ນຖືກລາຍງານວ່າມີການແພ້ອາຫານ, ຮ້ານອາຫານແມ່ນໄດ້ໃຫ້ລູກຄ້າຜູ້ທີ່ມີຄວາມຕ້ອງການອາຫານພິເສດແມ່ນມີເພີ່ມຂຶ້ນ ອີງຕາມເຄືອຂ່າຍການແພ້ອາຫານ ແລະ ການລະຄາຍເຄື່ອງ

(<http://www.foodallergy.org/section/welcoming-guests-with-with-food-allergies>).

ອາຫານແປດປະເພດມີຮອດ 90%ຂອງປະຕິກິລິຍາການແພ້ອາຫານທັງໝົດ. ເຊິ່ງມີດັ່ງນີ້:

1. ນົມ (ຕົວຢ່າງ: ເນີຍ, ນົມສົ້ມ, ນົມກ້ອນ, ນົມຊ້ອກໂກແລັດ, ກະແລັມ ແລະ ຂອງຫວານ)
2. ໄຂ່ (ອາຫານທຸກປະເພດທີ່ໃສ່ໄຂ່)
3. ຖົ່ວດິນ
4. ຖົ່ວຍື່ນຕົ້ນ (ຕົວຢ່າງ ຖົ່ວວ່ນັດ, ຖົ່ວອາລມອນ, ຖົ່ວເຮເຊວ, ຖົ່ວຫິມະພານ, ຖົ່ວປາກອ້າ, ແລະ ຖົ່ວພິແກນ)
5. ປາ (ຕົວຢ່າງ ປາລິນໝາ, ປາແຊວມອນ, ປາບາສ, ປາຄັອດ)
6. ສັດກາບແຂງ (ເຊັ່ນ ປູ, ກຸ້ງມັງກອນ, ແລະ ກຸ້ງ)
7. ແບັງ (ຕົວຢ່າງ ເຂົ້າຈີ່, ແບັງ, ແບັງແຜ່ນ, ເກັດເຂົ້າໜົມບັງ, ອາຫານຫວານ, ນໍ້າຊຸບ, ແລະແບັງປະເພດອື່ນໆ), ແລະ
8. ຖົ່ວເຫຼືອງ (ຕົວຢ່າງ ເຕົ້າຮູ້ ແລະ ຊອສ).

ປະເພດອາຫານທີ່ມີຄວາມສ່ຽງລວມເຖິງອາຫານຫວານ, ຊອສ, ສະຫຼັດ, ບຸບູແຜ້, ອາຫານທອດ ແລະ ອາຫານອື່ນໆທີ່ມີສ່ວນປະກອບຈຳນວນຫຼາຍ. ການແພ້ອາຫານແມ່ນການຕອບໂຕ້ທີ່ມີໂອກາດຮຸນແຮງຕໍ່ອາຫານ ຫຼື ສານບຸງ

ແຕ່ງອາຫານບາງຈຳພວກ. ສຳລັບຜູ້ທີ່ມີຄວາມລະອຽດອ່ອນ, ປະຕິກິລິຍາສາມາດເກີດຂຶ້ນໄດ້ພາຍໃນນາທີ ຫຼື ຊົ່ວໂມງ, ແລະ ອາການກໍ່ແຕກຕ່າງກັນຕັ້ງແຕ່ງເປົາບາງຈົນເຖິງຂັ້ນເສຍຊີວິດ. ປະຕິກິລິຍາການແພ້ອາຫານລວມມີ: ຜິດ, ຜິວໄໝ້ ຫຼື ມີຜິນ, ປວດຂໍ້, ຫຼື ອາການຄັນຢູ່ຮິມສົບ, ໜ້າ, ລິ້ນ, ສົບບວມ, ອາຈຽນ ແລະ ຫຼື ຖອກທ້ອງ, ທ້ອງປິດ, ໄອ ຫຼື ຫອບ, ເມົາຫົວ ແລະ ຫຼື ວິວຽນ, ອາການບວມຢູ່ຄໍ ແລະ ຫຼອດສຽງ,



ສຳລັບບາງຄົນ, ພຽງແຕ່ປະລິມານອາຫານທີ່ເປັນພິດໜ້ອຍດຽວສາມາດສ້າງປະຕິກິລິຍາການແພ້ອາຫານໄດ້.

ຫຼາຍໃຈຍາກ. ຖ້າທ່ານພົບເຫັນປະຕິກິລິຍາດັ່ງກ່າວ, ໃຫ້ລາຍງານຜູ້ຈັດການ. ອາການບວມຢູ່ຄໍ ແລະ ຫຼອດສຽງ, ຫຼາຍໃຈຍາກ. ຖ້າທ່ານພົບເຫັນປະຕິກິລິຍາດັ່ງກ່າວ, ໃຫ້ລາຍງານຜູ້ຈັດການ.

ຖ້າລູກຄ້າມີຄວາມກັງວົນໜັກ, ໃຫ້ໂທຫາ 911 ແລະ ຢູ່ກັບລູກຄ້າຈົນກວ່າການຊ່ວຍເຫຼືອມາຮອດ.

ການແພ້ອາຫານ

ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງຮູ້



ມີຈຳນວນຫຼາຍລ້ານຄົນທີ່ມີອາການແພ້ອາຫານທີ່ສາມາດມີຕັ້ງແຕ່ເປົາບາງຈົນເຖິງຂັ້ນເສຍຊີວິດ.

ອາຫານທີ່ມັກການແພ້ທົ່ວໄປ



ຖົ່ວດິນ



ຖົ່ວຍືນຕົ້ນ



ປາ



ສັດນ້ຳເບືອກ



ໄຂ່



ນົມ



ແປ້ງ



ຖົ່ວເຫຼືອງ

* ຕ້ອງໃຫ້ແຂກເປັນຜູ້ຕັດສິນໃຈດ້ວຍຕົນເອງສະເໝີ

ເມື່ອແຂກແຈ້ງທ່ານວ່າມີບາງຄົນແພ້ອາຫານ, ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມກົດສື່ຢ່າງດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- **ສົ່ງຕໍ່** ຫາຜູ້ຈັດການພະແນກທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບການແພ້ອາຫານ, ຫຼື ຜູ້ທີ່ຮັບຜິດຊອບ.
- **ທົບທວນ** ການແພ້ອາຫານຂອງລູກຄ້າ ແລະ ກວດເບິ່ງສະຫຼາກວັດຖຸດິບ.
- **ຈື່ໄວ້ວ່າ** ໃຫ້ກວດເບິ່ງຂັ້ນຕອນການກະກຽມ ສຳລັບການສຳພັດທີ່ຂ້າມກັນ.
- **ຕອບ** ລູກຄ້າ ແລະ ແຈ້ງເຂົາເຈົ້າໃນສິ່ງທີ່ເຈົ້າຄົ້ນພົບ.

* ແຫຼ່ງທີ່ມາຂອງການສຳພັດທີ່ຂ້າມກັນ:

- ນ້ຳມັນບຸງອາຫານ, ການຜັງໃສ່, ແລະ ອາຍຈາກການບຸງແຕ່ງອາຫານ.
- ການສຳພັດກັບອາຫານທີ່ມີການເຈືອບິນກັບສານກໍ່ການແພ້ອາຫານ ຫຼື ມາຈາກການສຳພັດອາຫານທີ່ບໍ່ມີການແພ້ (ເຊັ່ນ ເຂົ້າໜົມ ມັນຝິນທີ່ມີສ່ວນຜະສົມຂອງຖົ່ວ ໄປສຳພັດກັບຕົວທີ່ບໍ່ມີຖົ່ວ).

ອຸປະກອນໃນການບຸງແຕ່ງອາຫານສຳລັບຜູ້ທີ່ເປັນພູມແພ້ຕ້ອງໄດ້ຮັບການທຳຄວາມສະອາດລະອຽດ ແລະ ອະນາໄມກ່ອນນຳໃຊ້.

- ເຄື່ອງໃຊ້ຕ່າງໆ (ຕົວຢ່າງ ບ່ວງ, ມືດ, ຕະຫຼົວ, ເຫຼັກຄີບ), ຂຽງ, ຊາມ, ໜ້, ໜ້ຜັດ, ຜົວໜ້າບ່ອນກະກຽມອາຫານ.
- ເຄື່ອງທອດ ແລະ ເຄື່ອງປັ້ງ.
- ລ້າງມື ແລະ ປ່ຽນຖົງມືຫຼັງຈາກຈັບອາຫານທີ່ສາມາດກໍ່ອາການແພ້.

* ຖ້າແຂກມີອາການແພ້, ໂທຫາ 911 ແລະ ແຈ້ງໃຫ້ຄະນະບໍລິຫານຮັບຮູ້.

