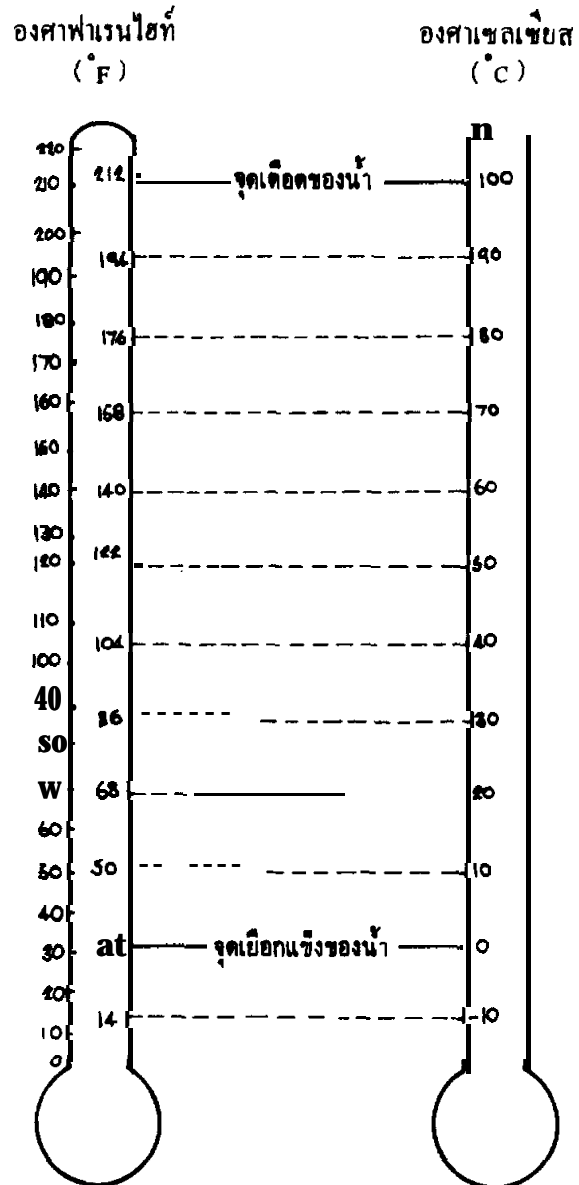


ภาคผนวก

การเปรียบเทียบอุณหภูมิของการเตรียมอาหารในระบบองศาเซลเซียส กับ องศาฟาเรนไฮต์ (Converting Degree Farenheit to Degree Celsius for Food Preparation)



สูตร การเทียบ

$$\frac{^{\circ}\text{C}}{100} = \frac{^{\circ}\text{F} - 32}{180}$$

เช่น 60 องศาเซลเซียส จะเท่ากับกี่องศาฟาเรนไฮต์

วิธีทำ

$$\frac{60}{100} = \frac{^{\circ}\text{F} - 32}{180}$$

$$^{\circ}\text{F} = \frac{60 \times 180}{100} + 32 = 140$$

อุณหภูมิของเตาอบ (Oven Temperature)

อุณหภูมิของการเตรียมอาหาร จะถูกควบคุมให้ถูกต้องมากขึ้นได้ โดยการใช้อยุทมิเตอร์ (Thermometer) เตาอบส่วนใหญ่มีเทอร์โมสแตท (Thermostat) สำหรับควบคุมหรือปรับอุณหภูมิภายในเตาอบตามความต้องการของผู้ใช้ได้ แต่เพื่อความแน่นอนในการปฏิบัติงานจึงควรมีเทอร์มิเตอร์ในการตรวจสอบอุณหภูมิอีกครั้งหนึ่ง

ช่วงของอุณหภูมิภายในเตาอบ

ต่ำ (Low)	250—350	องศาฟาเรนไฮต์
ปานกลาง (Moderate)	350—400	„
ร้อน (Hot)	400—450	„
ร้อนมาก (Very Hot)	450—550	„

ตัวย่อและสัญลักษณ์ (Abbreviations and Symbols)

องศาเซลเซียส	degree Celsius	$^{\circ}\text{C}$
องศาฟาเรนไฮต์	degree Fahrenheit	$^{\circ}\text{F}$
ช้อนโต๊ะ	table spoon	tbsp
ช้อนชา	tea spoon	tsp
ถ้วยตวง	cup	C
กรัม	gram	g

กิโลกรัม	kilogram	kg
ออนซ์	ounce	oz
ปอนด์	pound	lb
ไพท์	pint	pt
ควอร์ต	quart	qt
แกลลอน	gallon	gal
ลิตร	liter	l
มิลลิลิตร	milliliter	ml หรือ cc
ฟุต	foot	ft
นิ้ว	inch	in
เซนติเมตร	centimeter	cm
ชั่วโมง	hour	ht
นาที	minute	min
วินาที	second	sec

การแปลงหน่วยต่าง ๆ (Weight and Volume Equivalents)

หน่วยน้ำหนัก (Weight Unit)

1 กรัม	=	0.035	ออนซ์
1 กิโลกรัม	=	2.21	ปอนด์
1 ออนซ์	=	28.35	กรัม
1 ปอนด์	=	453.53	กรัม

หน่วยปริมาตร (Volume Unit)

1 แกลลอน	=	4	ควอร์ต
	=	3.785	ลิตร
1 ควอร์ต	=	2	ไพท์
	=	946	มิลลิลิตร
1 ไพท์	=	2	ถ้วยตวง

1 ถ้วยตวง	=	16	ช้อนโต๊ะ
	=	8	ออนซ์ (ของเหลว)
	=	236.6	มิลลิลิตร
1 ช้อนโต๊ะ	=	3	ช้อนชา
	=	0.5	ออนซ์ (ของเหลว)
	=	14.8	มิลลิลิตร
1 ช้อนชา	=	4.9	มิลลิลิตร
1 ลิตร	=	1000	มิลลิลิตร
	=	1.06	ควอร์ต
1 ออนซ์ (ของเหลว)	=	29.6	มิลลิลิตร

ขนาดมาตรฐานของอาหารกระป๋อง (Standard Can Size)

ขนาดกระป๋อง	ปริมาตร (ถ้วยตวง)	น้ำหนักสุทธิ (โดยเฉลี่ย)
# 10	13	6 ปอนด์ 10 ออนซ์
# 3 Cylinder	$5\frac{3}{4}$	46 ออนซ์ (ของเหลว)
# $2\frac{1}{2}$	$3\frac{1}{2}$	1 ปอนด์ 13 ออนซ์
# 2	$2\frac{1}{2}$	1 ปอนด์ 4 ออนซ์
# 303	2	16 ออนซ์
# 300	$\frac{3}{4}$	15 ออนซ์
Picnic	$1\frac{1}{2}$	II ออนซ์
8 ounce	1	8 ออนซ์

โรคและโทษที่เกิดจากอาหารเป็นสื่อ (Food Borne Diseases)

อาหารเป็นสื่อที่ก่อให้เกิดโรคและโทษต่าง ๆ แก่ผู้บริโภคได้ ถ้าอาหารเหล่านี้ถูกผลิตหรือเตรียมอย่างไม่ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาลที่ดี โรคและโทษที่เกิดขึ้นสามารถแบ่งตามเชื้อหรือตัวการได้ดังนี้

มาตรฐานการจัดอันดับ ร้านจำหน่ายอาหาร

มาตรฐานการจัดอันดับร้านอาหาร

สัญลักษณ์ทั่วไป	อันดับ ๓	อันดับ ๒	อันดับ ๑
<p>๑. สถานที่</p> <p>๑.๑ พื้น</p> <p>ก. ทำความสะอาดเรียบร้อย</p> <p>ข. ทำความสะอาดง่าย และทำความสะอาดสม่ำเสมอ</p> <p>๑.๒ ผนังและเพดาน</p> <p>ก. ทุกห้องต้องมีเพดานและสามารถป้องกันฝุ่นละอองได้</p> <p>ข. ผนังเรียบ ทำความสะอาดง่าย</p> <p>๑.๓ โถ้และเก้าอี้</p> <p>ก. อยู่ในสภาพมั่นคง แข็งแรง</p> <p>ข. รักษาความสะอาดอยู่เสมอ</p> <p>ค. พื้นโถ้เรียบไม่ลื่นไถลและทำความสะอาดง่าย</p> <p>๑.๔ การระบายอากาศ</p> <p>ต้องมีเพียงพอและเหมาะสมทุกห้อง</p>	<p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไปและพื้นเป็นคอนกรีตเรียบหรือพื้นไม้เนื้อแข็ง เชื่อมสนิหและต้องทำความสะอาดก่อนเปิดร้านทุกวัน</p> <p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไปและต้องรักษาความสะอาดอยู่เสมอ</p> <p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ แต่พื้นเป็นหินขัดหรือพื้นไม้ลามิเนต เชื่อมสนิหและต้อง(รมีที่ระวาง) รักษาความสะอาดตลอดเวลา</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓</p> <p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ แต่สำหรับห้องครัวและที่เตรียมอาหารต้องแยกต่างหากจากห้องรับประทานอาหารและจัดให้มีปล่องระบายหรือใช้พัดลมเป่าหรือดูดเพื่อลดกลิ่นและควัน</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่พื้นเป็นกระเบื้องยางหรือพรมมีสภาพดี</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่ควรทำด้วยสีอ่อน</p> <p>เช่นเดียวกับสัญลักษณ์ทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่สำหรับห้องรับประทานอาหารต้องใช้เครื่องปรับอากาศ</p>

สุขลักษณะทั่วไป	อันดับ ๓	อันดับ ๒	อันดับ ๑
<p>๑.๔ แสงสว่าง</p> <p>ก. พอแก่ความต้องการของห้องนั้น ๆ</p> <p>ข. ๗ ที่ปฏิบัติงานมีแสงสว่างไม่น้อยกว่า ๑๐ ฟุต-ก่าลังเทียน</p> <p>๑.๖ ฮีวม</p> <p>ก. ต้องมีจำนวนเพียงพอกับกิจกรรม</p> <p>ข. รักษาความสะอาดอยู่เสมอ</p> <p>ค. ต้องมีทางระบายอากาศออกสู่ภายนอกอาคาร</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป ต้องมีอย่างน้อย ๑ ที่ เป็นชนิดราศน้ำ และห้ามมีที่รองรับเศษกระดาษชำระในห้องฮีวม</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ และต้องเป็นฮีวมชนิดชักโครก ทำความสะอาดง่าย แยกเพศชาย-หญิง จำนวนเพียงพอ มีกระดาษชำระชนิดย่อยง่าย และ</p> <p>๑. ต้องมีอ่างล้างมือในบริเวณฮีวมและมีสบู่ ย้ำหรือกระดาษสำหรับเช็ดมือ</p> <p>๒. พื้นและผนังส่วนล่างต้องปูด้วยวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย เช่น กระเบื้องเคลือบหินขัด เป็นต้น</p> <p>๓. ไม่อยู่ใต้น้ำ โคน คับแคบและทึบ</p> <p>๔. มีฮีวมสำหรับพนักงานโดยเฉพาะ</p> <p>๕. ประตูฮีวมต้องไม่เปิดตรงผู้ห้องครัวและห้องรับประทานอาหาร</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่สำหรับห้องรับประทานอาหาร หากจะใช้แสงไฟที่สว่างต้องให้มีแสงสว่างสำหรับทางเดินของพนักงานเสิร์ฟ ลูกค้า รวมทั้งทางไปห้องน้ำ ห้องฮีวม และทางเข้าออกไม่น้อยกว่า ๕ ฟุต-ก่าลังเทียนอยู่ตลอดเวลา</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ และถ้ามีห้องอาหารหลายชั้น ต้องมีฮีวมทุกชั้น</p>

จุดสังเกตทั่วไป	ชั้นที่ ๑	ชั้นที่ ๒	ชั้นที่ ๑
<p>๑.๑ ที่จอดรถ</p> <p>ก. พาคณะผู้ศึกษาความสะอาดใต้ถุน ข. รักษาที่อยู่บนสภาพดีและสะอาดอยู่เสมอ</p> <p>๑.๒ อ่างล้างมือ</p> <p>ต้องมีจำนวนเพียงพอและมีผู้ประจำไว้เสมอ</p> <p>๑.๓ ภาวสุขอนามัย</p> <p>ก. ต้องจัดให้มีหมวดหมู่และเป็นระเบียบเรียบร้อย</p> <p>ข. ต้องจัดสถานที่เก็บสิ่งของแต่ละแห่งโดยเฉพาะให้เป็นสัดส่วน สถานที่เก็บต้องสะอาดเรียบร้อย ไม่เป็นพิษภัยกับสุขภาพความเป็นระเบียบเรียบร้อย เช่นการเก็บอาหารก่อนปรุง หรือปรุง การเก็บเครื่องใช้ เครื่องใช้ที่เก็บเชื้อเพลิง ยาฆ่าแมลงและสิ่งของอื่น ๆ เป็นต้น</p> <p>ค. ถังส้วมที่สะอาดเป็นอาหาร ต้องแก้ไขที่อยู่ทุกหากในที่มีหมวดหมู่</p>	<p>อาจมีส่วนเก็บของส่วนได้</p> <p>เช่นเก็บว่ามีสุขลักษณะทั่วไปและเรียบร้อย • ที่อยู่บอกชื่อส่วน</p>	<p>เช่นเก็บว่ามีสุขลักษณะทั่วไปและเรียบร้อย เห็นของเก็บที่เก็บรวบรวมหรือจะเก็บที่มีที่สะอาดทุกชั้น</p> <p>เช่นเก็บว่ามีชั้นที่ ๑ และต้องมีการทำความสะอาดถ้าเล็กน้อย ถ้ามีต้องมีการทำความสะอาดชั้นที่ ๑ อย่างสม่ำเสมอทุกชั้น</p> <p>เช่นเก็บว่ามีชั้นที่ ๑</p>	<p>เช่นเก็บว่ามีชั้นที่ ๒ แต่ต้องเป็นชนิดที่เก็บเก็บและมีการเก็บที่ประจำ</p> <p>เช่นเก็บว่ามีชั้นที่ ๒ เป็นชนิดเก็บแบบก้นหรือเก็บกับก้นโดยเฉพาะ</p> <p>เช่นเก็บว่ามีชั้นที่ ๒ และต้องจัดให้มีหรือห้องสำหรับเก็บของเก็บของหมักงานโดยเฉพาะ สำหรับอาหารแห้ง อาหารกระป๋องให้มีห้องแยกเก็บโดยเฉพาะ</p>

สขลักษณะทั่วไป	อันดับ ๓	อันดับ ๒	อันดับ ๑
<p>๑.๑๐ <u>ที่ปรุงอาหารหรือห้องครัว</u></p> <p>ก. ต้องอยู่ในส่วนที่ถูกสุขลักษณะ</p> <p>ข. ต้องมีเครื่องป้องกันเขม่า ควันไฟ เพื่อมิให้รบกวนผู้อื่น</p> <p>ค. เหนียงบริเวณที่ปรุงอาหารต้องมีผิวเรียบไม่ขรุขระและทำความสะอาดง่าย</p> <p>ง. ต้องรักษาความสะอาดของสถานที่และระมัดระวังความสะอาดในการปรุงอาหาร</p>	<p>เช่นเดียวกับสขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ และ</p> <p>๑. ห้องครัวต้องจัดโดยเฉพาะไม่ปะปนกับกิจกรรมอื่น</p> <p>๒. ห้องครัวที่ไม่ได้ก่อสร้างด้วยวัสดุทนไฟต้องมีเครื่องดับเพลิงเคมีซึ่งเตรียมไว้และสามารถใช้การได้ตลอดเวลาและมีจำนวนเพียงพอ</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่ห้องครัวต้องจัดให้มีการป้องกันสัตว์และแมลงนำโรคได้ เช่น ประตู หน้าต่าง ช่องลม มู่ด้วยตาข่ายเป็นต้น</p>
<p>๒. <u>ภาชนะและอุปกรณ์ต่าง ๆ</u></p> <p>๒.๑ <u>ภาชนะที่ใช้สำหรับใส่น้ำแข็งก่อนและหลังย่อย</u></p> <p>ก. ต้องสะอาด</p> <p>ข. ไม่เป็นสนิม</p> <p>๒.๒ <u>เครื่องผลิตน้ำแข็งและเครื่องข่อยน้ำ</u></p> <p>ก. สะอาด</p> <p>ข. ทำความสะอาดทุกครั้งก่อนใช้และก่อนเก็บ</p>	<p>เช่นเดียวกับสขลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสขลักษณะทั่วไป ที่ย่อยและที่ทุนน้ำแข็งเป็นสังไม้เนื้อแข็งหรือเป็นโลหะที่ไม่เป็นสนิม</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓</p> <p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ แต่เครื่องข่อยน้ำแข็งต้องสะอาดไม่เป็นสนิม</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ และอุปกรณ์ที่ใช้เก็บน้ำแข็งทำด้วยโลหะสแตนเลส</p> <p>เช่นเดียวกับสขลักษณะทั่วไปและมีเครื่องผลิตน้ำแข็งใช้เอง</p>

สุขลักษณะทั่วไป	อันดับ ๓	อันดับ ๒	อันดับ ๑
<p>๒.๓ <u>อุปกรณ์ในการเก็บอาหาร</u> ตู้เก็บอาหารต้องสะอาดสามารถกัน ฝุ่นละอองและสัตว์นำโรคได้</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไปและมีตู้เย็นที่ สะอาดสามารถเก็บอาหารไว้ไม่ให้เสียหรือ เสื่อมคุณภาพได้</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ และมีห้องเย็นหรือตู้ แช่</p>
<p>๒.๔ <u>ภาชนะและเครื่องใช้สำหรับรับประทาน</u> <u>ทานอาหาร</u> ก. ทำด้วยวัสดุที่ไม่เป็นพิษ ข. ทำความสะอาดง่าย ค. ผ่านการล้างการเก็บรักษาที่ถูกหลัก- สุขาภิบาลแล้ว</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป สำหรับเครื่องใช้ รับประทาน เช่น ช้อน ตะเกียบ หลอดดูดควรร บรรจุลงกระดาษหรือห่อหุ้มไว้</p>
<p>๒.๕ <u>เครื่องมือเครื่องใช้ในการปรุงอาหาร</u> ก. ทำด้วยวัสดุไม่เป็นพิษต่อร่างกาย ข. ทำความสะอาดได้ง่าย ค. ทำความสะอาดก่อนใช้และหลังจาก ใช้แล้วทุกครั้ง</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไปและเครื่องมือเครื่อง ใช้เมื่อใช้กับอาหารคิมแล้วจะต้องล้างให้สะอาดทุก ครั้งก่อนนำมาใช้กับอาหารสุก</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๓ และเครื่องมือเครื่อง ใช้กับอาหารคิมและสุกต้องแยกออกจากกัน</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ แต่เก็บให้เป็นระเบียบแยก ประเภทและสะดวกในการหยิบใช้</p>

จุดสังเกตทั่วไป	ชั้นปี ๑	ชั้นปี ๒	ชั้นปี ๓
<p>๒.๖ ภาชนะรองรับเศษอาหารและขยะ</p> <p>ก. ทำความสะอาดได้ง่ายและรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ</p> <p>ข. หากเป็นโลหะต้องเป็นชนิดไม่เป็นสนิม</p> <p>ค. ไม่ชำรุด</p> <p>๒.๗ เครื่องใช้ต่าง ๆ และของใช้ประจำโต๊ะ</p> <p>ก. เครื่องใช้ต่าง ๆ ต้องทำความสะอาดง่าย และรักษาให้สะอาดอยู่เสมอ หากเป็นโลหะต้องเป็นชนิดไม่เป็นสนิม</p> <p>ข. เครื่องพวง เครื่องปรุง (เช่น น้ำปลา น้ำซอส พริกคอง พริกป่น น้ำพริก) ต้องบรรจุในภาชนะที่สะอาดปกปิดเสมอ เพื่อป้องกันฝุ่นละออง และสัตว์นำโรค</p> <p>๒.๘ อุปกรณ์กรง้างและกรง้าง</p> <p>ก. ต้องพิคังข้างข้างภาชนะชนิด ๑ คน มีท่อระบายน้ำทิ้งไว้ในตัวเอง และตั้งสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า ๒๐ ซม.</p>	<p>เช่นเดียวกับจุดสังเกตทั่วไปและต้องมีการทำความสะอาดเพียงพอ</p> <p>เช่นเดียวกับจุดสังเกตทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับจุดสังเกตทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๑ และให้มีที่เก็บขยะประจำชั้นปีโต๊ะ</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๑ และต้องมีผ้าสะอาดปูโต๊ะ</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๑ และอุปกรณ์กรง้างต้องห้าด้วยโลหะไม่เป็นสนิม</p>	<p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๒</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๒ และต้องมีผ้าหรือกระดาษเช็ดมือโดยเฉพาะของแต่ละคน</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นปี ๒ และ</p> <p>๑. ให้มีการฆ่าเชื้อโรคในชั้นสุดท้ายของการล้างด้วยน้ำร้อน ๗๖.๖๗ เซลเซียส นาน ๒ นาที หรือคลอรีน ๑๐๐ ในล้านส่วน นาน ๒ นาที</p>

สารสกัดหัวใจไป	ชั้นที่ ๑	ชั้นที่ ๒	ชั้นที่ ๓
<p>ข. อยู่ในสภาพที่และทำความสะอาด อยู่เสมอภาชนะและอุปกรณ์ที่ล้าง แล้วไม่ควรรีใช้ผ้าเช็ด</p> <p>๓. <u>อาหาร, น้ำแข็ง, น้ำดื่มและ เครื่องดื่ม</u></p> <p>๓.๑ <u>อาหาร</u></p> <p><u>อาหารสดประเภทผักและผลไม้</u></p> <p>ก. มีลักษณะสด ข. สะอาด ค. เก็บไว้ในที่สะอาดและปลอดภัย</p> <p><u>อาหารสดประเภทเนื้อสัตว์ต่างๆ</u></p> <p>ก. มีลักษณะสด ข. มาจากแหล่งผลิตที่เชื่อถือได้ ค. ล้างสะอาดและเก็บไว้ในที่ที่มี อุณหภูมิต่ำ</p>	<p>เช่นเดียวกับสารสกัดหัวใจไปและใช้น้ำสะอาด ล้างให้สะอาด อุปกรณ์ที่ล้างต้องยกพื้นสูง ล้าง ให้สะอาด แล้วเก็บไว้ในที่ยกพื้นสูง ไม่น้อยกว่า ๖๐ ซม. และห่างจากห้องส่วนหรือสิ่งปฏิกูล</p> <p>เช่นเดียวกับสารสกัดหัวใจไป</p>	<p>เช่นเดียวกับชั้นที่ ๑ และใช้สารเคมีเพื่อ ทำลายเชื้อโรคจากผักและผลไม้ด้วย</p> <p>เช่นเดียวกับสารสกัดหัวใจไปและแยกประเภทการเก็บเพื่อไม่ให้ปนกัน โดยเก็บใ ในที่ที่มีอุณหภูมิต่ำกว่า ๘.๒° เซลเซียส</p>	<p>๒. ภาชนะและอุปกรณ์ที่ล้างแล้วห้ามใช้ผ้าเช็ด หากต้องการทำให้แห้ง ให้ใช้วิธีอบหรือเป่าด้วย โอโซน หรือ</p> <p>๓. ใช้เครื่องล้างอัตโนมัติ</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นที่ ๒ และเก็บไว้ในที่ซึ่งมี อุณหภูมิต่ำกว่า ๘.๒° เซลเซียส</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นที่ ๒ และเก็บไว้ในที่ซึ่งมี อุณหภูมิต่ำกว่า ๑.๖๙° เซลเซียส</p>

สูรลักษณะทั่วไป	ชั้นที่ ๑	ชั้นที่ ๒	ชั้นที่ ๓
<p><u>อาหารปรุงสุกและผลไม้</u></p> <p>ก. ปรุงด้วยวิธีการที่สะอาด</p> <p>ข. เก็บไว้ในภาชนะและอุปกรณ์ที่สะอาด ซึ่งป้องกันฝุ่นละอองและสัตว์นำโรคได้</p> <p>ค. ในกรณีใช้สัณนิทานอาหารต้องใช้ที่กระหวางสาธารณะสุจริตรับรอง</p> <p>๑.๒ <u>น้ำแข็ง</u></p> <p>ก. ต้องมีที่เก็บที่สะอาดและปลอดภัย</p> <p>ข. ก่อนใช้ต้องล้างให้สะอาด</p> <p>ค. น้ำแข็งล้างสะอาดแล้วห้ามใช้มือจับ</p> <p>ง. การเสิร์ฟต้องใช้เครื่องมือหยิบหรือทัพ</p> <p>๑.๓ <u>น้ำดื่ม</u></p> <p>ก. ต้องเป็นน้ำประปาหรือน้ำสะอาดที่ผ่านการฆ่าเชื้อโรคด้วยการต้มหรือใช้คลอรีน โดยต้องมีคลอรีนเหลืออยู่อย่างน้อย ๐.๒ ส่วนในล้านส่วน</p>	<p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป และควรมีใช้เครื่องบ่อน้ำแข็ง</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไปและต้องต้มเดือดแล้ว</p>	<p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไปและเก็บอาหารเป็นไว้ในที่อุณหภูมิต่ำกว่า ๘๖° เซลเซียส ส่วนอาหารร้อน อุณหภูมิต้องสูงกว่า ๖๐° เซลเซียส</p> <p>เช่นเดียวกับสูรลักษณะทั่วไป และน้ำที่ผ่านภาชนะน้ำแข็งจะต้องมีมาตรฐานเท่านั้น</p> <p>เช่นเดียวกับชั้นที่ ๒ หรือเป็นน้ำสะอาดที่ผ่านการฆ่าเชื้อโรค การฆ่าเชื้อโรค บรรจุในขวดที่ผนึกฝาสนิท เช่น โพลีเอทิลีน</p>

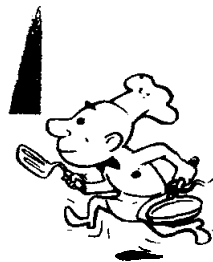
สารสกัดอะทัวไป	ชั้นที่ ๑	ชั้นที่ ๒	ชั้นที่ ๑
<p>ธ. หากมีการสำรวจน้ำดื่ม ต้องมี ภาชนะบรรจุที่สะอาดป้องกันฝุ่นแมลง และสิ่งสกปรกได้การนำมาใช้ต้อง ใช้วิธีเพอร์คีน ห้ามใช้ภาชนะจ้วง หักโค่นทรง</p> <p>๓.๔ <u>เครื่องดื่ม</u> <u>เครื่องดื่มขมิ้นผงรสชา</u></p> <p>ก. เก็บไว้ในที่ที่สะอาดและสูงจากพื้น ข. ก้อนนำไปแช่ในท้องอ่างชงให้ สะอาด <u>เครื่องดื่มประเภทน้ำชา กาแฟ</u> <u>น้ำหวานและน้ำผลไม้</u></p> <p>ก. ปรงด้วยวิธีการที่สะอาด ข. เก็บไว้ในภาชนะที่สะอาดป้องกัน ฝุ่นละอองและสัตว์นำโรคได้ ค. ใช้น้ำดื่มที่สุกแล้วเป็นส่วนผสม ง. ในกรณีที่ใช้ส่วนผสมต้องใช้สักระ- หวางสาธารณะสุกเรียบร้อยแล้ว</p>	<p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป</p> <p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป</p> <p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป และการเก็บชั้นอ่างชง ต้องวางสูงจากพื้นอย่างน้อย ๑๐ ซม.</p> <p>เช่นเดียวกับสารสกัดอะทัวไป</p>

สุขภาพกะหัวไป	ชั้นที่ ๑	ชั้นที่ ๒	ชั้นที่ ๓
<p>๔ บุคคล</p> <p>๔.๑ การแต่งกาย</p> <p>ก. แต่งกายสะอาด สุภาพเรียบร้อย อยู่เสมอทุกคน โดยเฉพาะผู้ปรุง ขณะปรุงอาหาร ต้องผูกผ้ากันเปื้อนตลอดเวลา</p> <p>ข. มีสิ่งปกปิดพื้นแขนช่วง ใต้เข่าถึงมือ และสวมรองเท้า</p> <p>๔.๒ สุขภาพ</p> <p>ต้องมีสุขภาพสมบูรณ์ ปราศจากโรคติดต่อหรือโรคซึ่งเป็นที่รังเกียจตามพระราชบัญญัติสาธารณสุข</p> <p>๔.๓ การเซิร์ฟ การปรุง(การดำเนินงาน)</p> <p>ก. ต้องมีสุขนิสัยที่ดี เช่น ไม่สูบบุหรี่ ขณะปฏิบัติงานไม่จับต้องอาหารก่อนล้างมือให้สะอาด</p> <p>ข. จับช้อน ตะเกียบ มีด ตะหลิว ฯลฯ ให้จับที่ตำแหน่ง</p> <p>ค. เซิร์ฟแก้วน้ำหลายใบต้องใช้ดาดจับแก้วต้องจับตำแหน่งกลางองมา</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไป</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไป</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไปและต้องสวมรองเท้าผู้ชั้น มีเครื่องแบบและผูกผ้ากันเปื้อนสีอ่อน</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไป</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไปและได้ผ่านการแนะนำจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขแล้ว</p>	<p>เช่นเดียวกับชั้นที่ ๒</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไปและต้องมีใบรับรองแพทย์เป็นรายปี และควรมีร่างกายสมบูรณ์ไม่เป็นโรคติดต่อตามพระราชบัญญัติสาธารณสุข</p> <p>เช่นเดียวกับสุขภาพกะหัวไปสำหรับผู้ปรุงและผู้เซิร์ฟต้องมีหนังสือรับรองว่าได้ผ่านการอบรมจากเจ้าหน้าที่แล้ว</p>

จุดสังเกตทั่วไป	ต้นปี ๑	ต้นปี ๒	ต้นปี ๑
<p>๖. เสร็จจากงานต้องไม่ตะลึงงัน ในของภาระ</p>			
<p>๔.๔ <u>มารยาท</u> ต้องมีความประพฤติดี โดยเฉพาะอย่าง ป้องกันการติดต่อปัญหาที่ส่งมาจากลูกค้า</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไป</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไปและไม่สามารถ แยกจากเจ้าหน้าที่สาขาอื่นๆ</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไป เจ้าหน้าที่ผู้ดูแล ผู้ให้บริการที่ตนเอง</p>
<p>๔. <u>อื่น ๆ</u> ๔.๑ <u>การป้องกันตัวและปลอดภัย</u> ก. อากาศ การปะทะและเครื่องใช้ต่างๆ ต้องรักษาเป็นวงที่ปลอดภัย และปลอดภัยโรคได้ เช่น หมู แมลงวัน แมลงสาบ ตลอดจนสัตว์ เลี้ยงต่าง ๆ ข. ต้องไม่ใช้ตัวเขียนประหลาดภายใน สถานที่ทำงานอาหาร</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไป</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไป</p>	<p>เราเห็นว่าจุดสังเกตทั่วไป</p>

สุขลักษณะทั่วไป	อันดับ ๓	อันดับ ๒	อันดับ ๑
<p>๔.๒ การกำจัดเศษอาหาร</p> <p>ต้องมีภาชนะที่ถูกลูกสุนัขซึ่งอยู่ในสภาพดี มีฝาปิดมิดชิด สำหรับบรรจุเศษอาหาร ชยะ จำนวนเพียงพอ โดยตั้งอยู่ในสถานที่ที่เหมาะสมมีการนำไปกำจัดทุกวัน ถ้ากำจัดเองจะต้องกำจัดโดยวิธีที่ถูกหลักสุขาภิบาล</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>
<p>๔.๓ การกำจัดน้ำเสีย รางระบายน้ำเสีย</p> <p>ต้องมีรางระบายน้ำถาวร ไหลลงสู่บ่อพักหรือท่อสาธารณะ ได้โดยสะดวกต้องไม่มีน้ำขัง และรักษาความสะอาดอยู่เสมอ</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป</p>	<p>เช่นเดียวกับสุขลักษณะทั่วไป และต้องมีบ่อพักตะกอนก่อนไหลสู่บ่อพักหรือท่อสาธารณะ</p>	<p>เช่นเดียวกับอันดับ ๒ และต้องมีบ่อตกไขมัน อีก ๑ บ่อ ก่อนไหลสู่บ่อพักหรือท่อสาธารณะ</p>

1. โรคที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial Infection)
2. โรคที่เกิดจากพิษของเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial Intoxication)
3. โรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส (Virus Infection)
4. โรคที่เกิดจากพยาธิ (Parasitic Infection)
5. โรคที่เกิดจากสารเคมีเป็นพิษ (Chemical and Food Additive Poisons)
6. โรคที่เกิดจากพิษของพืชและสัตว์ (Poisonous Plants and Animals) และ
เชื้อรา



๑. โรคที่เกิดจากเชื้อมดักเห็บ (Bacterial infection)

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๑. โรคแอนแทรกซ์ Anthrax	Bacillus anthracis	พวกเนื้อสัตว์ต่างๆ เช่น แพะ แกะ โค กระบือ น้ า สุนัข และอื่น ๆ	ห่างทางตรงโดยการสัมผัสกับ เนื้อสัตว์ต่างๆ ที่เป็นโรคและ โดยทางอ้อม คือแมลงนำ โรคเกาะเนื้อสัตว์ที่มีเชื้อ แล้วมาเกาะอาหาร	ปวดท้องอย่างรุนแรง หืด- เคิน อ่อนเพลีย กระจายน้ำ ลายใจหอบ	ภายใน ๗ วัน (โดยมาก ๒-๔ วัน)	ควบคุมโรงงานและยึดของ จากสัตว์มีให้เป็นเชื้อ โรคได้
๒. โรคบิด (Bacillary dysentery or Shigellosis)	Shigella ซึ่งแบ่งออก เป็น ๔ groups คือ Group A S. dysen - teriae Group B S. flexneri Group C S. boydii Group D S. sonnei	เครื่องดื่ม น้ำ น้ำนม และ อื่น ๆ ปนเปื้อนอุจจาระของ ผู้ป่วยเป็นโรค	ห่างทางตรงและทางอ้อมโดย สัมผัสกับอุจจาระของผู้ป่วยหรือ พาหะ หรือมีแมลงวันนำ - เชื้อโรคหรือติดจากมือหรือ ภาชนะที่เปื้อนเชื้อ	ท้องเคิน มีไข้ อาเจียน ใน รายที่ป่วยรุนแรงจะถ่ายอุจ- จาระเป็นมูกเลือด และมี หนองปน	๑-๓ วัน โดยมาก น้อย กว่า ๔ วัน	- ให้มีและใช้ส้วมที่ถูกต้องสุ- กษณะ - ห้ามใช้อุจจาระหรือสิ่ง โสโครกอื่นๆ เป็นปุ๋ย รดผัก - ระวังความสะอาดของ ร้านจำหน่ายอาหาร - ระวังผู้จำหน่ายอาหาร และผู้จำหน่ายอาหาร ถ้าพบเชื้อ ห้ามทำการ ปรุงหรือจำหน่ายอาหาร - กำจัดแมลงวัน
๓. Bacillus cereus poisoning	Bacillus cereus	อาหารที่ทำจากไข่และแป้ง เช่น ขนมเค้ก ซอส	เกิดจากอาหารที่ปนเปื้อน อุจจาระผู้ป่วย	ปวดท้องอย่างรุนแรง และ อุจจาระร่วง	๔ - ๒๒ ชั่วโมง	ปรุงอาหารให้สุก และรีบ เก็บไว้ในตู้เย็น กรณีที่ต้อง การเก็บไว้นาน

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๔. Brucellosis (Undulant fever or Bang's disease)	Brucella abortus Brucella melitensis Brucella suis	นมและผลิตภัณฑ์นม	บ้านมปนเป็นอนน้ำของของ สัตว์ที่เป็นโรครหรือเนื้อของ สัตว์ที่เป็นโรค	เป็นไข้ หนาวสั่น อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ กล้ามเนื้อและข้อ คอเจ็บปวด น้ำหนักลด	๓ - ๒๑ วัน บางรายอาจเป็นหลาย เดือน	- กำจัดสัตว์ที่เป็นโรค - บ้านมสดและผลิตภัณฑ์นม ต้องผ่านการฆ่าเชื้อพาสเจอร์ ไรส์ก่อนนำมาบริโภค - รับประทานอาหารที่ปรุงสุก - กำจัดมูลขี้วัน และมีที่ปก ปิดอาหารมคจิก - การปรุงและการจับอาหาร ต้องถูกหลักสุขาภิบาล - คั้นน้ำคั้น - ให้ความและใช้ส้วมที่ถูกหลัก สุขาภิบาล
๕. อหิวาตกโรค (Cholera)	Vibrio cholera โดย Biotype แบ่งเป็น 1. Classical 2. El. Tor เริ่มมาจาก El.Tor ส่วนมาก	น้ำและอาหารทุกชนิด โดย เฉพาะ ผักและผลไม้	อาหารหรือภาชนะที่ใส่อาหาร ถูกปนเปื้อนด้วยจุลจากรหรือ อาเจียนของผู้ป่วย โดยแมลง วัน หรือผู้ปรุงอาหารเป็นสื่อ	อุจจาระร่วงอย่างแรงอาจมี มูกเลือดและหนองปนออกมา ปวดท้อง อาจมีหรือไม่มีอาการ ไข้ และปวดศีรษะก็ได้	ตั้งแต่ ๒ - ๓ ชั่วโมง ถึง ๕ วัน โดยมาก ๒ - ๓ วัน	- ห้ามผู้เป็นโรครปรุงอาหาร และจำหน่ายอาหารจน กว่าจะรักษาหายดีแล้ว - เก็บอาหารไว้ในตู้เย็น - ก่อนเก็บอาหารควรอุ่น ให้ร้อนเพื่อฆ่าเชื้อโรค เสียก่อน
๖. Clostridium perfringens infection	Clostridium per- fringen (Welchii)	พวกเนื้อสัตว์ทุกชนิด ที่รับประทาน สุกๆ ดิบๆ	ติดต่อกันโดยตรง และทางอ้อม โดยน้ำมูก น้ำลาย เสมหะ ของผู้ป่วยและพาหะ	ปวดท้อง คลื่นไส้ อุจจาระ- ร่วง	ปกติ ๑๐-๑๒ ชั่วโมง	- ห้ามผู้เป็นโรครปรุงอาหาร และจำหน่ายอาหารจน กว่าจะรักษาหายดีแล้ว - เก็บอาหารไว้ในตู้เย็น - ก่อนเก็บอาหารควรอุ่น ให้ร้อนเพื่อฆ่าเชื้อโรค เสียก่อน

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๓. Diphtheria	Corynebacterium diphtheriae	นม และผลิตภัณฑ์นม	ติดต่อโดยตรงและทางอ้อม โดยน้ำมูก น้ำลาย เสมหะของผู้ป่วยและพาหะที่มีเชื้อติดมากับน้ำนมและผลิตภัณฑ์นม	เป็นไข้ อักเสบที่คอและจมูก	๒-๕ วันหรืออาจจะมากกว่านี้ก็ได้	คัมหรือพาสเจอร์ไรส์นม ก่อนนำมารับประทาน - พ้ามื้อเป็นโรคและพาหะ จำหน่ายอาหารจนกว่าจะรักษาหายดีแล้ว
๔. Hemolytic Streptococcal infections (Scarlet fever or Septic sore-throat)	Beta Hemolytic Streptococci	น้ำนมและผลิตภัณฑ์นม	ติดต่อโดยตรงและทางอ้อม โดยน้ำมูก น้ำลาย เสมหะของผู้ป่วยและพาหะที่มีเชื้อติดมากับน้ำนม	อักเสบท้องและคอมหอนซิล มีไข้ คลื่นไส้ อาเจียน เจ็บคอ ปวดศีรษะ	ประมาณ ๓ วันหรืออาจจะราว ๑ - ๗ วัน	คัมหรือพาสเจอร์ไรส์น้ำนมเสียก่อนนำมารับประทาน - ให้อุณหภูมิอากาศประมาณ ๑๖-๑๘ องศาเซลเซียส ให้เพียงพอต่อการคักค่อและป้องกันโรค
๕. Streptococcal food infection	- Enteriococcus group - Pyogenic group	อาหารทุกชนิด	ติดต่อโดยตรงและทางอ้อม โดยอาหารถูกปนเปื้อนด้วยจุลจุจวะ น้ำมูก น้ำลาย หลอดลมของผู้ป่วยหรือพาหะ	คลื่นไส้ อาเจียน ปวดท้อง และอุจจาระร่วง จะมีอาการน้อยกว่าโรคอาหารเป็นพิษ เนื่องจาก Staphylococcus food poisoning	๒ - ๔ ชั่วโมง	- ปรงอาหารให้สุกทั่วถึง - เก็บอาหารในตู้เย็น - มีการป้องกันการปนเปื้อน ภายหลังปรงอาหารเสร็จแล้ว

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๑๐. Salmonellosis ก. Typhoid fever	Salmonella typhi (typhosa)	น้ำ นม นม ผักกาดต้ม เนื้อสัตว์ และไข่	น้ำที่มีอุจจาระของผู้เป็นโรคปะปนอยู่หรือแมลงวันนำเชื้อโรค	มีไข้ อุจจาระร่วง อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามร่างกาย เบื่ออาหาร ในเด็กจะมีโรค Pneumonia แทรกได้	ปกติ ๗ - ๒๑ วัน หรืออาจเป็น ๓-๓๘ วัน	- จัดน้ำประปาที่สะอาดให้ประชาชนใช้ดื่ม หุงต้มอาหารและอื่น ๆ - กำจัดอุจจาระและปัสสาวะให้ถูกต้องตามหลักสุขาภิบาล - พักการพาเชอร์โรสน้ำนมโค แพะ แกะ และหางน้ำนมก่อนนำมาบริโภค - ปรุงอาหารให้สุก
ข. Paratyphoid A	S. paratyphi A	เช่นเดียวกับ Typhoid fever	เช่นเดียวกับผู้ป่วยหรือพาหะที่เป็นโรค	เช่นเดียวกับ Typhoid fever แต่ความรุนแรงน้อยกว่า	ประมาณ ๑ - ๓ สัปดาห์	เช่นเดียวกับ Typhoid fever
๑๑. วัณโรค (Tuberculosis)	Mycobacterium tuberculosis เกิดในคน เชื้อโรคจะไปฟุ้ง	น้ำนม	เชื้อโรคออกมากับตะไคร่เสมหะ น้ำมูก น้ำลาย ของผู้ป่วยในอาหารและน้ำนมหรือน้ำนมได้จากโคที่เป็นโรค	แบ่งเป็น ๒ แบบ ๑. Primary infection เชื้อโรคเริ่มเข้าสู่ร่างกายจะมีอาการเบื่ออาหาร	ตั้งแต่รับเชื้อจนถึง Primary lesion ประมาณ ๕ - ๖ สัปดาห์ วัณโรคปอดหรือส่วนอื่นๆอาจกินเวลาเป็น	- ทำ Tuberculin test กับแม่โคที่นำมาบริโภคนม อย่างน้อย ๖ ปีก่อนครั้ง ถ้าอยู่ในระหว่างมีโรคระบาดต้องห้ามนม

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
	๒. Mycobacterium bovis เกิดในโค กระบือ สุกรและสัตว์ต่าง ๆ			อ่อนเพลีย ถ้าเชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายจำนวนมาก และร่างกายไม่แข็งแรง โรคอาจลุกลามได้มาก บางรายอาจเป็นเยื่อหุ้มสมองอักเสบ ๒. Re-infection type ชนิดที่เป็นกับผู้นิยมหรือได้รับเชื้อซ้ำจะมีอาการไอเสียงแหบ เป็นไข้ อ่อนเพลีย น้ำหนักลด เหงื่อออกเวลากลางคืน เจ็บหน้าอก ไอเป็นโลหิต บางครั้งมีอาการเยื่อหุ้มปอดอักเสบ	ปี ๆ , แต่ระยะ ๖-๑๒ เดือนหลัง พบเชื้อมากที่สุด	- ทำพาสเจอร์ไรส์นมโค กำจัดโค กระบือที่เป็นวัณโรคระยะติดคอ - แยกเครื่องใช้ภาชนะและห้องนอนของผู้ป่วยต่างหากไม่ปะปนกับผู้อื่น - ห้ามผู้ป่วยปรุงอาหารเด็ดขาด จนกว่าจะหายป่วยหรือไม่มีเชื้อโรคออกมา กับเสมหะ น้ำมูก น้ำอาช - ปรับปรุงการสุขาภิบาลอาหาร การล้างภาชนะและปรุงอาหารสุกและสะอาดเพียงพอ
๑๒. Vibrio parahaemolyticus (Gastroenteritis)	Vibrio parahaemolyticus, gram negative halophilic bacillus	อาหารทะเล เช่น ปลา ปลาหมึก กุ้ง หอย ปู	รับประทานอาหารทะเลที่ปรุงไม่สุกหรืออาหารอื่น ๆ ยักยัดไม้ที่เปราะเปื้อนเชื้อโรค	มีไข้ หนาวสั่น ปวดศีรษะ หงุดหงิด ปวดเสียดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน มีอาการคล้ายโรคบิด Bacillary	๔ - ๒๔ ชั่วโมง	- ให้ผู้ศึกษาแก่ประชาชนเพื่อทราบถึงการติดโรคและป้องกันโดยแนะนำให้รับประทานอาหารทะเล

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
				ปนโลหิตออกมากับอุจจาระได้		- ฉายานะก่าจกอุจจาระ ให้ถูกค้องความหนักสุวามิยาว

๒. โรคที่เกิดจากพิษของเชื้อแบคทีเรีย (Bacterial Intoxication)

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๑. Botulism	Toxin ซึ่งเป็น Neurotoxin และเป็น heat labile exotoxin ของเชื้อ Clostridium botulinum หรือ C. parabotulinum	อาหารกระป๋อง อาหารประเภทปลา และไส้ของสัตว์บางชนิด	ผู้ที่นิยมรับประทานอาหารกระป๋องหรือบรรจุในขวดไม่สะอาดหรือบรรจุ ซึ่งปนเปื้อนเชื้อโรคและพิษซึ่งมีอยู่ในดิน, น้ำ	อ่อนเพลีย ปวดศีรษะ วิงเวียน และท้องผูก ต่อมาจะมีอัมพาตของประสาทตาและประสาท - สมอ	โดยมาก ๑๒-๓๖ ชั่วโมง บางครั้งหลายวันอาการจะรุนแรงถึงชีวิตได้	- ให้ดูศึกษาแก่ประชาชนเกี่ยวกับอันตรายของโรค โดยเฉพาะการรับประทานอาหารกระป๋องหรือบรรจุขวด ควรอุ่นนมให้เดือดหัวก้นนาน ๕ นาที และเมื่อจะเก็บอาหารบรรจุในกระป๋องหรือขวดก็ควรฆ่าอาหารและเครื่องบรรจุให้สะอาดหรือฆ่าเชื้อโรคด้วยความร้อนเสียก่อน
๒. Staphylococcal food poisoning	Enterotoxin ซึ่งเป็น heat stable exotoxin ของ Staphylococci	พวกขนมหวาน พวกนมแฉม แขนควิว อาหารที่ผลิตจากนม เบ็ด, ไข่	รับประทานอาหารน้ำนมโคที่มีเชื้อโรคปนเปื้อน จากเชื้อหนอง แผล ผิ เสมหะ จากคอของผู้ป่วย สะออดน้ำมูกของผู้ป่วย	คลื่นไส้รุนแรง อาเจียน เป็นตะคิว หนื่อยอ่อน หงายใจเร็ว	โดยมาก ๒-๔ ชั่วโมง	- ให้ดูศึกษาแก่ผู้ปรุงและผู้จำหน่ายอาหารให้รู้จักสุขวิทยาส่วนบุคคล - รับประทานอาหารที่สุกใหม่ ๆ - เก็บอาหารในตู้เย็น - รับประทานอาหารให้มิดกายนใน ๔ ชั่วโมง หลังจากปรุงเสร็จ

๓. โรคที่เกิดจากเชื้อไวรัส (Virus Infection)

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะโรค	อาการของโรคโดยย่อ	พักที่	การป้องกัน
๑. โรคโปลิโอชนิดอัมพาต Polio virus types (Poliomyelitis) I, II, III		นม เครื่องดื่ม น้ำ และอาหารที่ปรุงแล้ว	ผู้ป่วย หรือผู้ที่เป็พหะถ่าย อุงจระหมีเชื้อโรคแล้วปะปนกับน้ำ อาหาร เครื่องดื่ม นม โดยอาศัยแมลงวันเป็นสื่อ	มีไข้ อาเจียน ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เช่น ที่คอ หลัง แขนขา กล้ามเนื้อเมื่อยเป็นอัมพาต	๔ - ๑๕ วัน	<ul style="list-style-type: none"> - ให้สุขศึกษา - รับประทานอาหารที่สุกและร้อน อาหารต้องเก็บไว้ในที่ ๆ ป้องกันแมลงวันได้ - ทำลายแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวัน - น้ำที่ไว้ดื่มต้องสะอาดโดยต้มให้เดือด ๑๐๐° เซลเซียส นาน ๑๕ - ๓๐ นาที - มีและใช้ส่วนที่ถูกต้องสุราภิบาล
๒. Infectious hepatitis	Infectious hepatitis virus	นม เครื่องดื่ม หอบ เช่น หอยนางรม หอยกาบ ปู กุ้ง หรืออาหารที่ปรุง เสริฟเฉพาะ เช่น สลัด เป็นต้น	ผู้ป่วยหรือผู้ที่เป็พหะถ่าย อุงจระหมีเชื้อโรคแล้วปะปนกับน้ำ อาหาร เครื่องดื่ม ภาชนะ	มีอาการตัวเหลือง ตาเหลือง เบื่ออาหาร คลื่นไส้ อาเจียน อ่อนเพลีย (Gastro intestinal disturbance)	๑๕ - ๕๐ วัน ส่วนมาก ๓๐ - ๓๕ วัน	<ul style="list-style-type: none"> - ปรุงอาหารพวกหอบ กุ้ง ปูให้สุก - ตรวจสอบผู้เกี่ยวข้องกับการปรุงประกอบอาหาร ผู้เสิร์ฟอาหารว่ามีสุขวิพหะส่วนบุคคลดีและถูกต้องหรือไม่ - มีการใช้ความร้อนหรือมีการฆ่าเชื้อโรคในอาหาร น้ำ - มีการตรวจสอบสุขภาพของ food handlers อยู่เสมอ

๔. โรคที่เกิดจากพยาธิ (Parasitic Infection)

ชื่อโรค	ชื่อโรคที่เป็นสาเหตุ	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหะของโรคและอาหารเป็นสื่อ	อาการของโรคโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๑. Amoebic dysentery (Amoebiasis)	Entamoeba histolytica	อุจจาระของผู้ป่วยหรือพาหะ คนกินพืชที่ปนเปื้อนกับน้ำ และ อาหารเข้าไป จะเจริญเติบโต และแพร่พันธุ์อยู่ในลำไส้เล็ก และไซเข้าไปยังตัวอยู่ในผนัง ลำไส้ใหญ่และรังไข่จะปนเปื้อนกับ อุจจาระ	น้ำอาหารที่ถูกรับเหมือนคั่วหน้า เสีย น้ำโสโครก อุจจาระและ แมลงวัน แมลงสาบ น้ำเชื่อมมา สู่อาหาร	เริ่มจากมีอาการท้องร่วงชนิดมี ท้องผูก อุจจาระเป็นมูกเลือด มีหนองปนบ้างเล็กน้อย ปวดแ ปวดท้อง ส่วนอาการที่รุนแรง นั้นจะมีอาการเรื้อรัง โดย อุจจาระเป็นมูกเลือด มีหนอง ปนเลือดออกมาเข้าไปในอวัยวะ เช่น เป็นฝีในตับ ปอด สมอง แต่มีอัตราตายน้อย	วัน-หลายเดือน โดย าก ๓-๔ สัปดาห์	- ป้องกันแหล่งน้ำประปาและ แหล่งน้ำดื่ม น้ำใช้ ไม่ให้ถูก ปนเปื้อนกับคั่วหน้าโสโครกและ อุจจาระ - ความสะอาดในเรื่องการ ปรุงประกอบอาหาร มีการ ตรวจหาผู้ป่วยที่เป็นพาหะนำ โรค - มีและใช้วิธีที่ถูกหลักวิชาการ
๒. Angiostrongyliasis	Angiostrongylus cantonensis	หอยเป็น Normal definite host ไม่มีอาการติดต่อโดย ตรงจากหอยไปสู่คนตัวแก่ ของพยาธิอยู่ในเปลือกของหอย ไข่ของพยาธิจะถูกปะปนออก มากับอุจจาระลงสู่แม่น้ำและ เจริญเป็นตัวอ่อนระยะที่ติดต่อ อยู่ในหอย	หอยโข่ง (Pila snail) หอยทาก (Giant African Snail) กุ้ง ปลา ปู หีกัน หอยที่มีพยาธิตัวอ่อนหรือฝักที่มี หอยเล็ก ๆ เกาะติดอยู่	เป็นโรคของระบบประสาท ส่วนกลางและเป็นที่เชื้อพยาธิ สมอง ปวดศีรษะ หลังแข็ง คอแข็ง อัมพาตชั่วคราวที่หน้า พบได้ ๔๖ มีไข้ต่ำ เคยพบ พยาธิชนิดนี้ในตาผู้ป่วย	- ๔ สัปดาห์	- ปรุงอาหารสุกก่อน โดยต้ม พวกหอย ปู ปลา กุ้ง เป็น เวลา ๓ - ๕ นาที - อ่างผักให้สะอาด - ให้สุกศึกษานักประราชชน

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหะของโรคและอาหาร เป็นสื่อ	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๓. Ascariasis	Ascaris lumbricoides	อุจจาระของผู้ป่วยที่มีไข่พยาธิ ปะปนออกมา คนกินไข่พยาธิ ระยะติดต่อที่ปนมากับน้ำและอาหาร, พยาธิเจริญเป็นตัวอ่อนในลำไส้และจะไชเข้าสู่หลอดน้ำเหลือง, หลอดโลหิตเข้าสู่ปอด และเป็นตัวแก่ในลำไส้เล็กไข่พยาธิจะถูกปะปนมากับอุจจาระ	น้ำ อาหาร ที่ถูกปนเปื้อนด้วย อุจจาระที่มีไข่พยาธิ	ปวดท้อง ท้องโร อาเจียน นอนไม่ค่อยหลับ กระสับ กระส่าย ปวดคออาจจะมีไข้ ไอเป็นโลหิต อาการแทรกที่รุนแรง คือมีการอุดตันของลำไส้ ท่อน้ำดี, ลำไส้ หรืออวัยวะอื่น ๆ ที่มันไชเข้าไป	๘ วัน - หลายสัปดาห์ ปกติ ๖ เดือน	<ul style="list-style-type: none"> - ให้ผู้ศึกษาโดยเฉพาะเด็กและประชาชนให้รู้จักรักษาสุขวิทยาส่วนบุคคล - จัดให้มีและใช้ส้วมที่ถูกหลักสุขาภิบาล - จัดสถานที่สะอาดใช้เด็กเล่น
๔. Balantidiasis or Balantidial dysentery	Balantidium coli	สุกร และคนที่ เป็นโรคมีเชื้อออกมาถึงอุจจาระปนเปื้อนในอาหาร น้ำ คนกินเชื้อที่ปะปนมากับอาหารและน้ำ ตัวพยาธิจะเข้าไปอยู่ในลำไส้ใหญ่และทำลายเนื้อเยื่อ ทำให้ลำไส้เป็นแผลและเชื้อจะถูกระบายออกมาถึงอุจจาระ	กิน ซิสต์ (cyst) ที่ออกมาจากอุจจาระของสุกรหรือผู้ป่วย หรือพาหะในการระบาดเชื้อจะปะปนอยู่ที่น้ำอาหารโดยเชื้อโรคติดมือ ผักดิบ หรือจากแมลงวัน นำมาสู่ อาหาร	ท้องเค้น หรือถ่ายเป็นมูก ปวดท้อง ปวดเบ่ง คลื่นไส้ และอาเจียน อาการคล้ายมีค อมีนิก อุจจาระอาจมีโลหิต หนองและมูกปน บางรายจะท้องผูก เมื่ออาหารปวดศีรษะ นอนไม่หลับ ปวดท้อง, อ่อนเพลีย น้ำหนักลดและโลหิตจาง	ไม่แน่นอน บางที่ ๒-๓ วัน	<ul style="list-style-type: none"> - จัดหาน้ำดื่มที่สะอาดแก่ประชาชน - กำจัดแมลงวันและแหล่งเพาะพันธุ์และปกปิดอาหารมิให้แมลงวันตอม - ตรวจสุขภาพผู้ปรุงและจำหน่ายอาหาร

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหนะของโรคและอาหารเป็นสื่อ	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๔. โรคพยาธิใบไม้ในลำไส้ (Fasciolop - siasis)	<i>Fasciolopsis buski</i>	อุจจาระของคน, สุนัข, สุนัข คนกินหอยน้ำจืดระยะที่คอต้ม อยู่ในหอยน้ำจืดเจริญเป็นตัว แก่ในลำไส้ ไส้พยาธิออกมา กับอุจจาระลงสู่แม่น้ำเป็นต้นอ่อน อาศัยอยู่ในหอย ระยะที่คอต้ม อยู่ในหอยน้ำจืด	กระชัง (<i>Trapa bicor-</i> <i>nis</i> หรือ <i>water call -</i> <i>trop</i>)	ท้องเดินคลื่นท้องผูก ปวดท้อง เมื่ออาหาร อาเจียน ถ้ามีจำ- นวนมากอาจทำให้เกิดตุ่มคัน ในลำไส้ได้	๖ - ๘ สัปดาห์ หลัง จากกินไข่พยาธิซึ่งปะปน กับอาหาร	- ให้ดูการศึกษาแนะนำเรื่อง การป้องกันโรค - มีและใช้วิธีไม่ให้ถูกพยาธิ สุราภิบาล - ควบคุมหอยและไม้กิน กระชังดิบ

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหุของโรคและอาหารที่เกี่ยวข้อง	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๖. โรคทิวีจิก (Gnathostomiasis)	Gnathostoma spinigerum	อุจจาระของแมลงและสุนัขที่มีไข่ของพยาธิชนิดนี้ (แมวและสุนัขเป็น definite host กุ้ง, ไร, ปลา, ไก่, งู นกและสัตว์อื่นเป็น- Intermediate host ส่วนคนเป็น Accidental host ตัวแก่ของพยาธิพบอยู่ในผนังของกระเพาะและในสมองของแมว, หมา ไข่ ของพยาธิปนออกมากับอุจจาระหรือทางบาดแผลของสุนัข ไข่ เจริญเป็นตัวอ่อนในปลา, กบ และงู และเจริญเป็นตัวแก่ในหมา, แ	Cyclops กุ้ง, ไร, ปลา, ก ไก่, งู หรือนก โดยคนกินเนื้อสัตว์เหล่านี้พยาธิตัวอ่อนจะไชเข้าไปในผนังของกระเพาะอาหาร	พยาธิตัวอ่อนจะเดินทางไปยังอวัยวะต่างๆ จะเกิดการอักเสบขึ้นเมื่ออยู่ที่ผิวหนังจะทำให้เกิดอาการบวมแดง เจ็บๆ คันๆ เมื่อย้ายไปที่อื่นที่บวมเดิมนั้นก็จะค่อยยุบหายไป ถ้าพยาธิเดินทางเข้าไปในลูกตา จะทำให้ตาบวมปวด สายตายืดปกติ เข้าไปในสมองจะปวดศีรษะจนถึงหมดสติ	ไม่แน่นอน	- ให้สุศึกษาแก่ประชาชนให้ทราบถึงการติดต่อและการป้องกันโดยกินอาหารจำพวกปลาและสัตว์อื่นที่สุก กำจัดเศษเนื้อสัตว์ ปลาคัมๆ โดยการเผาหรือฝังเสียเพื่อมิให้แมวและสุนัขนำไปกิน

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหุของโรคและอาหาร	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๗. โรคพยาธิใบไม้ในตับ Liver Fluke (Opisthorchiasis)	มีหลายชนิด เช่น • Clonorchis sinensis พบมากในจีน, เกาหลี ให้พวกรูปแบบ เวียกนาม • Opisthorchis felinus พบมากในยุโรปแถบกลางแถบตะวันออกและตะวันออกเฉียงใต้ • Opisthorchis viverrini พบมากในประเทศไทย ลาว ชวา • Fasciola hepatica พบในสัตว์กินหญ้าโดยเฉพาะพวกแกะ	อุจจาระของคนสุมนั้ แมว o. viverrini เป็น Trematoda พบในไทย โดยเฉพาะในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคเหนือ เนื่องจากประชาชนนิยมกินก้อยปลา, ปลาข้าวต้ม ปลาต้ม พบปลาชุก มีพยาธิตัวอ่อน ๘๖ ปลาปลก ๘๐๖ ปลาแม่สะเต็ง ๘๐๖ ปลาตะเพียน หราช ๓๕๖ ปลากุ้งจันทร์ ๒๗๖ ปลาชิว ๑๐๖ ปลากระมัง ๘๐๖ คนกินตัวพยาธิระยะคอกที่มีอยู่ในปลาตัวพยาธิจะไปเจริญเป็นตัวอ่อนอยู่ในลำไส้และตัวแก่อยู่ในตับใช้พยาธิออกมากับอุจจาระลงสู่แม่น้ำเป็นตัวอ่อนอาศัยอยู่ในหอยและระยะคอกคอกอยู่ในปลา	หอย ปลาน้ำจืด มักพบอยู่ที่เกิดที่ปลาน้ำจืด เช่น ปลาแม่สะเต็ง (Cyclocheilichthys sija) ซึ่งเป็นตัวนำโรคพยาธิใบไม้ในตับในจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	๑. อาการเล็กน้อย มักพบในรายที่มีพยาธิใบไม้ในตับน้อยกว่า ๑๐๐๐ ใบคืออุจจาระ ๑ กรัมผู้ป่วยมีอาการเพียงท้องอืดเพื่อ ดูเสียด หลังอาหารบ้าง ๒. อาการปานกลาง มักพบในรายที่มีพยาธิใบไม้ตั้งแต่ ๑๐๐๐ ถึง ๓๐,๐๐๐ ใบในอุจจาระ ๑ กรัม จะมีอาการแน่นท้อง หืด-ชืดหลังกินอาหารโดยเฉพาะอาหารไขมันมาก ๆ มีไข้ต่ำท้องเค้นถ่ายอุจจาระเหลววันละ ๓ - ๔ ครั้งเมื่ออาหารเจ็บท้องและชายโครงบริเวณตับ คับโต ตัวเหลือง ตาเหลืองไม่มากนัก	ไม่แน่นอนขึ้นอยู่กับจำนวนพยาธิและความต้านทานของแต่ละบุคคลพยาธิจะเจริญเป็นตัวแก่ภายหลังกินอาหารเข้าไปแล้ว ๑๒ - ๒๕ วัน	- ให้สุกสีมากแก่ประชาชน ครู นักเรียน ให้ทราบถึงพยาธิใบไม้ในตับ - แนะนำให้กินอาหารจำพวกปลาที่ปรุงสุกแล้ว - ให้น้ำและใช้ส้วมที่ถูกต้อง - กำจัดขยะ โดยเฉพาะเศษปลา - การวินิจฉัยและให้การรักษาโดยเร็ว

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	พาหะของโรคและอาหารที่เกี่ยวข้อง	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๔๔. โรคพยาธิเส้นด้าย (Oxyuriasis or Enterobiasis or threadworm pin worm)	Enterobius vermicularis เป็นเฉพาะในคนเท่านั้น	คนกินใช้พยาธิที่ปนมากับน้ำและอาหาร เจริญเป็นตัวอ่อนอยู่ในลำไส้เล็กและตัวแก่อยู่ในลำไส้ใหญ่ใช้พยาธิปนออกมากับอุจจาระ	เชื้อด้ายที่นอน อาหารและของใช้อื่นๆ และฝุ่นละอองที่มีใช้พยาธิปะปนอยู่ ใช้พยาธิ คีบมือแล้วมีโอกาสกินใช้พยาธิเข้าไป	๓. <u>อาการหนัก</u> พบใช้พยาธิเกิน ๓๐,๐๐๐ ใบในอุจจาระ ๑ กรัม ยอมแห้ง ชีต อ่อนเพลีย คีเหลือง ตาเหลือง นาน หน้าหน้าท้องบวม ท้องมาน และบวมที่ขา ถ้ามีพยาธิจำนวนมากๆ อาจทำให้คันทวารหนัก โดยมากคันเวลากลางคืน อาจมีแผลพุพอง เนื่องจากการเกาขนอไม่หยั กระจายกระจายเชื้ออาหาร น้ำหนักลด อวลงพบมีไส้ติ่งอักเสบ ปีกมดลูกอักเสบ	วงจรชีวิตของพยาธิใช้เวลา ๓ - ๖ สัปดาห์	<ul style="list-style-type: none"> - ให้ดูศึกษาแก่ประชาชนเกี่ยวกับสุขวิทยาส่วนบุคคลทำความสะอาดมือก่อนรับประทานอาหาร รว้างกาย เชื้อด้าย ด้วปูที่บ่อนรักษาความสะอาดเสมอ - จัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสม - การวินิจฉัยโรคและการรักษาโดยเร็ว

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรค และวงจรชีวิต	อาหารที่เกี่ยวข้อง	อาการโดยย่อ	ระยะพักตัว	การป้องกันและควบคุม
๔. โรคพยาธิใบไม้ ในปอด (Paragonimiasis or lung - Fluke Disease)	Paragonimus westermani เป็นพวก Trematode พบมากในแถบตะวันออก ไกล โดยเฉพาะเกาหลี ไต้หวัน ญี่ปุ่น พิลิปปินส์ บางส่วนของจีนและเอเชีย ตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ไทย	คน สุนัข แมว สุกร และ สัตว์ป่าที่กินเนื้อเป็นอาหาร คนกินตัวพยาธิระยะติดต่อ ที่มีอยู่ในกุ้ง,ปู ตัวพยาธิจะ เจริญเป็นตัวอ่อนอยู่ใน ใบไม้ใช้ สัตว์ที่อยู่ในปอด ใช้พยาธิปนออกมาในเสมหะ และอุจจาระลงสู่น้ำเป็นตัว อ่อน อาศัยอยู่ในหอย และ ระยะติดต่ออยู่ในกุ้ง,ปู	ปูน้ำจืด เช่น ปูน้ำคอก (Tiwaripotamon Beusekomac) กุ้งน้ำจืดที่มีพยาธิตัวอ่อนระ- ยะ Metacercaria	อาการเกิดขึ้นช้าๆ มีไข้ต่ำ ไอเป็นโลหิต เจ็บหน้าอก บริเวณรอบๆ ตัวพยาธิจะเกิด การอักเสบแล้วกลายเป็นถุง เยื่อหุ้มตัวพยาธิ เมื่ออยู่ใน - เอกซ-เรย์จะคล้ายกับวัณโรค ปอด ที่อวัยวะอื่น ๆ พบน้อย มีสีขาว เสมหะ จะมีสีส้ม, น้ำตาล เมื่อดูภายใต้กล้อง จุลทรรศน์และแตก มีโลหิตออกและ พบมีไข่พยาธิในเสมหะ อาจ ตรวจพบไข่พยาธิในอุจจาระ ในกรณีที่กินเสมหะลงไป กระเพาะอาหาร	หลังจากที่คนรับประทาน พยาธิเข้าไปแล้วจะกิน เวลา ๒ สัปดาห์ จึงจะ เจริญเป็นตัวแก่สามารถ ออกไข่ได้ ระยะเวลาจน (ถึงเกิดอาการนั้นยาวนาน ไม่แน่นอน ขึ้นอยู่กับ - อวัยวะที่ถูกพยาธิคุกคาม	- ให้ผู้ศึกษาแก่ประชาชน ให้ทราบถึงอันตรายการ ติดต่อและการป้องกันโรค รู้จักกินอาหารประเภท กุ้ง ที่สุกแล้ว - กำจัดเสมหะและอุจจาระ ให้ถูกสุขลักษณะ - ควบคุมหอยและปู - การวินิจฉัยโรคและให้ การรักษาอย่างถูกต้อง และรวดเร็ว

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	อาการโดยย่อ	ระยะพักตัว	การป้องกัน
๑๐. Fish tape worm (Diphyllobothria- sis)	Diphyllobothrium latum (คืดปลา)	ปลาซึ่งมีตัวอ่อนของพยาธิมีคน มีตัวแก่ของพยาธิในลำไส้เล็ก คนกิน ตัวพยาธิระยะระยะคืดคืดที่มี อยู่ในปลา ตัวพยาธิจะไปเกาะ คืดคืดที่ผนังของลำไส้และเจริญ เป็นตัวแก่ ไข่ของพยาธิจะออก มาพร้อมกับปล้องแก่ของตัว พยาธิปนออกมาเป็นอุจจาระและ ไข่พยาธิจะเจริญเป็นตัวพยาธิ ระยะคืดคืดในปลา	อาหารพวกเนื้อปลาที่ปรุงไม่สุก มีตัวอ่อนอยู่ในปลา	ไม่ค่อยมีอาการอะไรนอกจาก จะเกิดโรคโลหิตจางหรือขาด vitamin B. 12 บางที เรียก Megaloblastic Anemia	๓ - ๖ สัปดาห์	- ปรุงอาหารประเภทเนื้อปลา ให้สุกพยายามหลีกเลี่ยงการ กินปลาดิบ ๆ สุก หรือปลา ย่างรมควันที่ไม่สุก
๑๑. โรคพยาธิตัวคืดของโค กระบือและสุกร (Taenia or Beef and Pork tapeworm diseases)	๑. Taenia saginata ของโค กระ- ๒. Taenia solium ของสุกร	(Taenia saginata โคกิน เนื้อโค กระบือ ที่มีถุงพยาธิ ตัวอ่อนในระยะคืดคืดแล้วเจริญ เป็นตัวแก่ในลำไส้ Taenia solium โคกิน เนื้อสุกรที่มีถุงพยาธิตัวอ่อน (เมือกสีขาว หรือ cyst)	น้ำอาหาร ภาชนะ หรือมือ ซึ่งมีไข่พยาธิปะปนอยู่	- อาการเมื่อพยาธิตัวแก่อยู่ใน ในลำไส้จะมีน้ำคืดคืดเมื่อ อาหารพวกคืดคืด ห้างคืดคืดเพื่อ นอนไม่หลับมีปล้องแก่หลุดออก มาทางทวารหนัก - ทั้ง ๒ ชนิด เป็นอันตรายมาก ถ้ามันคืดคืดตามอวัยวะอื่น ๆ	๘ - ๑๐ สัปดาห์	- ให้สุกคืดคืดแก่ประชาชนรู้จักป้องกัน กันโรคโดยกินอาหารสุก - ให้นมและใช้ส้วมที่ถูกสุขลักษณะ - มีการตรวจเนื้อโค กระบือ สุกร ก่อนนำ

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรคและวงจรชีวิต	อาหารที่เกี่	อาการโดยย่อ	ะพักตัว	การป้องกัน
<p>๑๒. โรคทริคิโนสิส (Trichinosis or Trichiniasis)</p>	<p>พยาธิตัวอ่อนของ <i>Trichinella spiralis</i></p>	<p>ในระยะที่คอกที่ปรุงไม่สุกหรือแหมเค็ม พยาธิเจริญเป็นตัวแก่ในไส้ ๒. โดยการกินไส้พยาธิที่ปะปนกับน้ำ อาหาร พยาธิ จะเจริญไปเป็นถุงพยาธิตัวอ่อนในอวัยวะ - ต่าง ๆ ของคนเกิดเป็นโรค Cysticercosis สุกร สัตว์ป่าหลายชนิด เช่น หมู หนู และสุนัขจิ้งจอก</p>	<p>อาหารที่มีเนื้อสัตว์สุกรและสัตว์ป่าอื่น ๆ ซึ่งปรุงไม่สุกโดยเนื้อสัตว์ จะมีพยาธิตัวอ่อนชนิดนี้อยู่</p>	<p>เกิดอักเสบเป็นเนื้องอกมีเนื้อเยื่อไม่ซึบ โดยมากพบที่เนื้อเยื่อใต้ผิวหนังสมอง ตา กล้ามเนื้อ หัวใจ ตับ ปอด และในช่องท้อง ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ของถุงพยาธิประมาณ ๐.๕ - ๓ มม. อาการแล้วแต่ชนิดและจำนวนของ Cysticerci ตัวอ่อนมักจะไปยังอวัยวะต่างๆ ของร่างกายและจะฝังตัวสร้างถุงหุ้มตัวอยู่ในกล้ามเนื้อ อาการในคนไม่แน่นอนโดยมากมี อาการบวมที่หนังตามอย่างเจ็บปวดสันที่ขมปากคามีไอหืดออกได้เยื่อตา เจ็บปวดกล้ามเนื้อ</p>	<p>ประมาณ ๕ วัน หลังจากกินเนื้อสัตว์ที่มีพยาธิ</p>	<p>ชอกจากร่ายโดยสัตว์แพทย์ ถ้าเป็นโรคให้รีบพ่ายเสีย - งดรับประทานและรักษาอย่างถูกต้องและรวดเร็วจะป้องกันการเกิดโรค Cysticercosis - ตรวจเนื้อสุกรก่อนนำมาจำหน่ายตรวจสอบคุณภาพที่พำจากเนื้อสุกร - ให้ผู้ศึกษาแก่ประชาชนให้ปรุงอาหารสุกเพียงพอ - แนะนำผู้เลี้ยงสุกรทำความเข้าใจสุขภาพสถานที่เลี้ยงไม่ให้พบพยาธิขี้หมู</p>

เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรค และวงจรชีวิต	อาหารที่เกี่ยวข้อง	อาการโดยย่อ	ระยะฟักตัว	การป้องกัน
			กระจายน้ำ อ่อนแอ มีไข้เป็นๆ หายๆ ภายใน ๑ - ๓ ชั่วโมง		ถ้าสุกรตายเองก็ควร ทำลายเขาและฝังเสีย - ไม่ให้ใช้เศษอาหารกับ ๆ ซุก ๆ เสี่ยงสุกร

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	แหล่งของโรค และวงจรชีวิต	อาหารที่เกี่ยวข้อง		ระยะฟักตัว	การป้องกัน
๓. โรคพยาธิแส้ม้า (Trichuriasis or Whip Worm Disease)	Trichuris trichiura พวก Nematode พบมากในท้องที่ที่มีอากาศ อบอุ่นและชื้น คนกินไข่พยาธิในระยะ ติดต่อที่ปนมากับน้ำและ อาหาร และเจริญเป็น ตัวอ่อนฝังอยู่ในเยื่อเมือก ของลำไส้ เจริญเป็นตัว แก่อยู่บนบริเวณลำไส้ใหญ่ ไข่พยาธิปนออกมากับ อุจจาระ	อุจจาระของคนที่มีพยาธิ ปะปนอยู่	อาหาร น้ำ ที่ถูกปนเปื้อน ด้วยอุจจาระซึ่งมีไข่พยาธิอยู่	ส่วนมากไม่ค่อยมีอาการ ปรากฏ ถ้ามีจำนวนมาก จะทำให้เกิดอาการผิดปกติ ของระบบทางเดินอาหาร ท้องเดิน น้ำหนักลดลง เป็นโรคโลหิตจาง หงุดหงิด ตรวจอุจจาระพบไข่พยาธิ	เป็นเวลานานและ ไม่แน่นอน	เช่นเดียวกับโรคพยาธิ ชนิดอื่น ๆ คือ - ให้ผู้ศึกษาแพร่ชราชน ในเรื่องการเกิดโรคและ ป้องกันโรค - ไข่พยาธิใช้วิธีฝังที่ถูก สุรสีห์และ - ปรุงอาหารให้สุกปลอดภัย และภาชนะเครื่องใช้ที่เกี่ยวข้อง กับอาหารต้องสะอาดปลอดภัย - ผู้ปรุง และผู้เสิร์ฟอาหาร ต้องล้างมือให้สะอาดก่อน ปรุงและหลังจากใช้เสร็จแล้ว - มีกรตรวจอุจจาระหาไข่ พยาธิและห้ามผู้ป่วยปรุงประกอบ อาหารจนกว่าจะหายป่วยแล้ว

๕. โรคที่เกิดจากสารเคมีเป็นพิษ (Chemical poisons) และวัตถุเจือปนในอาหาร (Food Additives)

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะชักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๑. พิษเนื่องจากแม่พลวง (Antimony Poisoning)	enamels containing antimony หรือ gray enamel cooking utensils	อาหารที่ผิดปกติเป็นกรด สามารถละลายแม่พลวงออก มาจากภาชนะที่เคลือบด้วย พลวง	๒ นาที - ๑ ชั่วโมง	อาเจียน ปวดท้อง Spasms, collapse อูจจาจะเป็นมูกเลือด มางที่คายได้	ไม่ใช้ภาชนะรองรับอาหารที่เคลือบด้วยพลวง
๒. พิษจากสารหนู (Arsenic poisoning)	Insecticides และ Rodenticides	อาหารที่สารหนูปนเปื้อน อยู่โดยจงใจหรือโดยอุบัติเหตุ	ประมาณ ๑๐ นาที หรือ ๑ ชั่วโมง	อาเจียน ท้องร่วง ปวดเบ่ง เวลาลำบาก	- ควรจะใช้ pesticides ที่มีสีแตกต่าง จากผนังขาวและเก็บไว้ในที่เฉพาะไม่ให้เด็กเห็นได้ และรู้จักวิธีใช้ที่ถูกต้อง - อาหารพวกพืช ผัก ผลไม้ ควรล้างให้ สะอาดก่อนรับประทาน
3: chlorinated hydrocarbon poisoning	chlorinated hydrocarbon insecticides aldrin, chlordane, DDE; (DDD) - DDT dieldrin, endrin, heptachlor, lindane, toxaphene and strobane etc.	อาหารที่ปนเปื้อนสารพิษ หรืออาหารที่ถูกปนเปื้อนโดย สุนัขที่เห่า	๑๐ นาที หรือ มากกว่า	ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ หน้ามืด มึนงง สับสน คลื่นไส้มีอาการชัก ตัว	- ล้างผักให้สะอาดโดยเฉพาะที่ไม่ของผัก - ปกป้องอาหารและภาชนะให้มิดชิด เมื่อใช้ ใยยาฆ่าแมลง (insecticides) เพราะมันสามารถถูกสะสมไว้ในร่างกาย โดยเฉพาะที่ adipose tissue ได้ - ออกกฏหมายควบคุมการจำหน่ายและการ ใช้ตลอดจนเผยแพร่ให้มีมาตรฐานรวมทั้ง ควบคุมการขาย ของมันและวิธีใช้ในการเกษตร อุตสาหกรรม และในครอบครัว

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๔. Copper poisoning พิษเนื่องจากทองแดง	Copper food contact surfaces (ทองแดงที่สัมผัสกับอาหารที่มีฤทธิ์เป็นกรด)	อาหารที่มีฤทธิ์เป็นกรดที่สัมผัสกับภาชนะโลหะทองแดงซึ่งถูกละลายออกมาปนกับอาหาร	๑ ชม. หรือสั้นกว่า	อาเจียน อาการไม่มีเฉพาะเจาะจง อาจมีปวดท้องเป็นต้น	ป้องกันอาหารจำพวกกรดที่เป็นของเหลวหรือ Carbonated liquids ไม่ให้สัมผัสกับทองแดง
๕. Cyanide poisoning พิษเนื่องจากไซยาไนด์	Silver polish หรือน้ำยาล้างเงินบางชนิด ซึ่งบรรจุ Cyanide ด้วย เป็นส่วนประกอบของน้ำยา	อาหารที่ปะปนกับ Cyanide โดยอุบัติเหตุ	๓๐ นาที - ๑ ชม.	คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง อาจมีหรือไม่มีอาการชักก็ได้ บางคนถึงตายได้ อ่อนเพลีย ปวดบ่ง หน้ามืด หมดสติ	พยายามอย่าใช้ภาชนะเครื่องเงินที่มีน้ำยาซักเงาอยู่ที่ยังภาชนะ ก่อนจะใช้ภาชนะเครื่องเงินควรล้างให้สะอาด
๖. Fluoride poisoning พิษเนื่องจากฟลูออไรด์	Insecticides หรือยาล้างแมลงพิษผสม Sodium fluoride ซึ่งเป็นผงสีขาวคล้าย baking soda	อาหารที่ถูกปนเปื้อนสารเคมี โดยอุบัติเหตุ หรือการหยิบ - ส่วนผสมปรุงอาหารบริโภคโดยเข้าใจผิด เช่น เข้าใจว่าเป็นแป้งยงที่ใช้ทำขนมปัง เป็นต้น	๑ ชม. หรือน้อยกว่า	อาเจียน ปวดท้อง มีแก๊สในท้อง ออกมากับอาเจียนด้วย ปวดท้อง ท้องเดิน ชัก กล้ามเนื้อเกร็ง อ่อนกำลัง น่านตาเล็กอง มีอัมพาตที่แขนขา - อย่างอ่อน อาจสัมพันธ์กับอาการของ oculism ได้	ไม่ควรเก็บอาหาร เครื่องปรุงไว้ใกล้กับที่เก็บยาล้างแมลงพิษ Sodium fluoride บสนอยู่ ควรเก็บไว้ แยกกันให้ห่างหรือไว้คนละห้องและป้องกันให้พ้นจากมือเด็กเล็ก

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะกักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๗. Lead poisoning พิษเนื่องจากตะกั่ว	Pesticides (ยาฆ่าสัตว์และแมลงนำโรค)	อาหารที่ถูกปนเปื้อนโดยอุบัติเหตุ หรือโดยตั้งใจ หรือจากภาชนะที่ทำ ด้วยตะกั่ว หรือจากน้ำประปาที่ไหล ผ่านท่อที่ทำด้วยตะกั่ว	๓๐ นาที หรือมากกว่า	Metallic taste ปวดท้อง ท้องร่วง มี อุจจาระสีค้ำ อาเจียน Collapse coma อาจตายได้โดยอาการ เฉียบพลันส่วนมากจะ เกิดแบบ slow acting cumulative ในร่างกาย	- รู้จักวิธีใช้ pesticides และ รู้จักเก็บไว้ในที่มิดชิดเฉพาะไม่ ให้เด็กเล่นได้หรือป้องกันไม่ให้ ปนเปื้อนกับอาหารในกรณีฉีดพ่น สีที่มีตะกั่วผสมไม่ควรสูดหายใจ เข้าไป
๘. Mercury poisoning ตัวอย่างโรคที่เคยพบคือ Minamata diseases ซึ่งเกิดจากการกินอาหาร ทะเล (หอย ปู ปลา กุ้ง) ที่มีสารประกอบปรอทเจือ ปนอยู่ในเนื้อของอาหาร ทะเล ซึ่งเกิดในประเทศ ญี่ปุ่นที่อำเภอ Minamata เกาะ Kyuanu ระหว่าง ปี ค.ศ. ๑๙๕๓-๑๙๖๑	Fungicides, Mercuric chlor- ide, Mercurial diuretics สารประกอบปรอทต่างๆ ที่สามารถ ถูกดูดซึมในร่างกายได้ ตัวอย่าง สารประกอบที่เป็นสาเหตุของโรค Minamata ได้แก่ methyl mercury ซึ่งถูกดูดซึมในเนื้อของ อาหารสัตว์ทะเล เช่น ปู ปลา กุ้ง หอย เป็นต้น	ปู ปลา หอย ซึ่งอยู่ในบริเวณ โรงงานที่ปล่อยน้ำเสียมีสารประ กอบปรอทเจือปนอยู่ อาหาร น้ำ เครื่องดื่มที่ถูก contaminated ด้วยสารประกอบ ปรอทชนิดที่ถูกร่างกาย Absorb ได้ (แม้แต่แมว และนกที่กินปลา ที่มีสารปรอทเจือปนอยู่ก็เกิดอาการ คล้ายคน)	ถ้าในกรณีกิน Bichloride of mercury จะเกิดอาการ ในเวลา ๒-๓๐ นาที ถ้าได้ รับปริมาณมากก็เกิดอาการ เร็ว ส่วนในกรณีสะสมแบบ ช้า ๆ ทีละน้อย ๆ จนเกิด อาการแบบเรื้อรังจะเกิด อาการภายหลังที่ได้รับปรอท ๒-๓ สัปดาห์ หรือมากกว่านี้ คือ ส่วนมากจะเกิด psychic and emotional distur- bances	กรณีกินเข้าไป จะเกิด อาการ metallic taste ปวดท้องอย่าง แรง คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง มีอุจจาระเป็น เลือด (bloody - diarrhea) ภายใน เวลา ๑ วัน-๒ สัปดาห์ หลังจากกินเข้าไป มัก ตายด้วย สาเหตุของ Uremia	๑. เก็บสารเคมีเช่น fungicides slimicides และสารเคมีอื่น ๆ ที่มีสารปรอทเจือปนอยู่ ไว้ในที่ เฉพาะมิดชิดไม่ให้พื้นมือเด็กเล็ก ๒. ระวังมิให้สารเคมีที่มีปรอทผสม เจือปนอยู่ในอาหาร น้ำ ไร่ ๓. พื้นห้อง ซึ่งเป็นโรงงานหรือที่ ประกอบแปรรูปด้วยสารปรอท ควรจะ เรียบ ทำความสะอาดง่ายไม่เป็น ร่องหรือรอยแตกแยกเป็นร่องสะสม สารปรอทอยู่

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
มีผู้ป่วยมากกว่า ๑๐๐ ราย ที่ได้รับพิษ			เช่น ความจำเสื่อม สุนัข จิตเสื่อม เสร้าของ กลัว ง่าย ปวดศีรษะ เป็นต้น	ในกรณีผู้หายใจเอาไอปรอท เข้าไปจำนวนมาก จะเกิด อาการภายใน ๑-๒ วันดังนี้ stomatitis, salivation metallic taste, diarrhea pneumantitis, kidney da- mage with renal shut- down อาการของ Minamata diseases เช่นตามอก หูหนวก บิดงอ shock ไม่รู้สึกตัวเนื่องจากพิษปรอท มีอาการรั่น coma และมี convulsions ประมาณ ๑ ใน ๑ ของผู้ป่วยมักจะตาย อาการหน้าแดง ผิวหนังแดง คัน มีความรู้สึกจุกแสบคัน	๔. ความคุมโรงงานอุตสาหกรรม ที่ใช้สารประกอบปรอท หรือ ปรอทในการผลิตอุปกรณ์เครื่อง ใช้และสารเคมีต่าง ๆ โดย ให้มีการกำจัดน้ำเสียที่มีสาร ปรอทเป็นพิษเจือปนออก ไม่ ให้ปล่อยของเสียลงน้ำที่ใช้ เลี้ยงสัตว์หรือสัตว์ทะเล ควบคุมเรื่อง Food additive ที่ทางราชการประกาศห้ามขาย ในท้องตลาดหรือใช้เคมีองใน อาหาร
๔. Nicotinic acid poisoning	Sodium nicotinated	อาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่มีการเติม สีฯ Color preservation	๒ นาที - ๑ ชม.		

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๑๐. Organo phosphorus (Organic phosphate poisoning)	Organic phosphorus insecticides DDVP, DVP diazinon, malathion, parathion T.E.P.P., etc.	อาหารและภาชนะที่ถูกปนเปื้อน โดยยุงพิษเห็ดหรือโคจางใจ	๕ นาที หรือมากกว่า	ปวดศีรษะ เป็นโรคเส้นประสาท มีอาการกรอ้งง่าย การมองเห็น จะไม่ชัดเจน เจ็บหน้าอก อึดอัด salivation cyanosis (น้ำลายฟูมปากและตัวซีดเขียว คอเขียว อ้าเจียน ห้องร่วง เป็นตะคิวที่ห้อง มีเหงื่อออก มาก)	๑. ฉ่างพืชผัก บดไม้ ภาชนะรองรับ อาหารให้สะอาดก่อนรับประทาน เมื่อมีการใช้ยาฆ่าแมลง ๒. เติมสารเคมีพวก insecticides ไว้ให้มีผลพิเศษโดยเฉพาะให้พื้นผิว เช็ด
๑๑. Zinc poisoning	ภาชนะเครื่องใช้ที่เคลือบหรือ ทำด้วยสังกะสี (Galvanized Ware)	Acid food หรืออาหารที่มีฤทธิ์ เป็นกรดซึ่งสามารถละลายสังกะสี ที่มีอยู่ในเนื้อภาชนะได้	๑ ชม. หรือน้อยกว่า	ห้องร่วง เจ็บที่ปาก ลำคอ และ อื่นที่รศปาก	ให้ดูสีที่หน้าแก่ประชาชนโดยเฉพาะ Food handlers ให้รู้จักหลีกเลี่ยงการใช้ภาชนะที่เคลือบหรือทำ ด้วยสังกะสี
๑๒. Cadmium poisoning	ภาชนะที่เคลือบหรือทำด้วย แคลกเมียม	เครื่องดื่มและอาหารที่มีรสเปรี้ยว มีฤทธิ์เป็นกรดที่สามารถละลาย - แคลกเมียมได้ ในภาชนะรองรับอาหาร	ประมาณ ๑๕-๓๐ นาที ถ้า ได้รับจำนวนมากอาจเกิด อาการภายใน ๑๐-๑๕ นาที	คอเขียว อ้าเจียน ห้องร่วง เป็น ตะคิวที่ห้อง ซึ่งพบในรายที่รับ ประทานสารละลายแคลกเมียม	ไม่ใช้ภาชนะที่ทำด้วยแคลกเมียม ให้ดูสีที่หน้าแก่ประชาชนให้ทราบ ถึงพิษของมันและวิธีป้องกัน

ชื่อโรค	เชื้อที่ทำให้เกิดโรค	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
e3. Tin poisoning	ภาชนะหรือกระป๋องบรรจุอาหารที่เคลือบด้วยดีบุก	ผลไม้ต่าง ๆ ที่มีรสเปรี้ยว เช่น น้ำมะเขือเทศ น้ำส้ม น้ำองุ่น น้ำมะนาวเข้มข้น ที่บรรจุในกระป๋องเคลือบด้วยดีบุก	๔ - ๖ ชม.	เมื่ออาหาร ปวดท้องมาก ชนิดปวดบิดคลื่นไส้ ท้องผูก และน้ำหนักตัวลดลง	ไม่ใช้ภาชนะที่ทาด้วยดีบุก ไม่รับประทานอาหารกระป๋องที่มีปริมาณดีบุกเกิน ๕๐ ส่วนในล้านส่วน
e4. Barium carbonated poisoning	Barium carbonated	อาหารรมพวกแป้งที่ถูกลบจนยิวภายนอกแข็ง	๑ - ๒ ชม.	อาเจียน ท้องร่วง เป็นตะคิวที่ท้องพร้อมด้วยอาการร่า ๆ หิวน้ำ คอ และสูญเสีย tendon reflexes การทำงานของหัวใจผิดปกติ และมีอัมพาตที่กล้ามเนื้อ	- พกของbarium carbonate ควรเก็บแยกต่างหากไม่ปะปนกับพวกแป้งของต่าง ๆ ที่ใช้รับประทานปรุงอาหาร รน - ไม่ควรให้เด็กเล็กเข็นหรือจับต้องและกินได้
e5. Methyl alcohol (Methanol) poisoning Formula: CH ₃ OH B.P.: 64.5° C Vapour pressure at 20° C. 94 mm. Hg.	Methanol หรือ Wood alcohol มักจะมีผู้ - เข้าใจผิดไปทำสุรา ที่มี Methanol หรือMethyl alcohol บวมอยู่	สุราเถื่อนหรือใน Whiskey ซึ่งเราพบว่าอันของ Methyl alcohol ไม่แตกต่างไปจาก Ethyl alcohol จึงทำให้ผู้ใช้เข้าใจผิดบ่อยๆ ถ้าไม่ระมัดระวังและไม่ระมัดระวัง	๑๔ - ๔๘ ชม.	ความบก Visual disturbances หรือ Clouded vision และ blindness อ่อนเพลีย ปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ปวดศีรษะ มึนงง หายใจถี่ และในที่สุดตาย ซึ่งความรุนแรงขึ้นอยู่กับความเข้มข้นและปริมาณที่รับประทานเข้าไป (อาการมักคิดว่า เป็น Botulism)	ห้ามใช้ Methyl alcohol บวมทำสุรา ควรเก็บ Methyl alcohol ไว้ห่างเด็กเล็กหรือในที่ปกปิดมิดชิดให้พ้นมือเด็ก มีฉลากปิดไว้เขียนชัดเจนนั่งชนิดและวิธีใช้
e6. Nitrate poisoning	Nitrate ซึ่งมีอยู่ใน Polluted well water	น้ำที่ถูกล Polluted ด้วย Nitrate ion	หลายวัน	ตัวซีคาง อาเจียน ท้องร่วง ในเด็กทารก	ควบคุมคุณภาพและแหล่งน้ำให้สะอาดอยู่เสมอ

วัตถุเจือปนในอาหาร (Food Additives)

จุดประสงค์ของการใช้วัตถุเจือปนในอาหาร เพื่อให้อาหารได้คุณภาพที่เพิ่มขึ้น ทั้งด้านลักษณะ เนื้ออาหาร กลิ่น รส และการเก็บรักษาได้นานไม่เสื่อมคุณภาพ ดังนั้นจึงควรจะมีความรู้เกี่ยวกับวัตถุใดควรที่จะใช้หรือไม่ควร ขนาดปริมาณสูงสุดที่ใช้ได้เท่าใดมีคุณและโทษอย่างไร (ดูรายละเอียดในเรื่องมาตรฐานอาหารและสารเคมีที่ใช้ในกิจกรรมอาหาร)

๖. โรคที่เกิดจากพิษของพืชและสัตว์ (Poisonous Plants Animals และเห็ดรา เช่น เชื้อราแอสเพอร์จีลลัส ฟัฟวริส (Aspergillus flavus)

ชื่อโรค	เชื้อที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๑. เมล็ดกะตู่เป็นพิษ (Castor bean poisoning)	Ricin เป็นสารพิษที่อยู่ใน Castor bean หรือเมล็ดกะตู่	เมล็ดกะตู่ (Castor bean) มีชื่อเฉพาะว่า Ricinus communis	๒-๗ นาที ถึงหลายชั่วโมง	ชุกเฉียบ กระจายน้ำ อาเจียน ท้องร่วง มีเหงื่อ ตัวเย็น และ อัมเจ้ม (Collapse)	ไม่กินเมล็ดกะตู่เป็นอันตราย
๒. เห็ดเมา (Mushroom poisoning)	Phalloidine alkaloid ศัตรูอื่น ๆ ซึ่งเป็น toxin มีอยู่ในเห็ดบางชนิด	เห็ดที่เป็นพิษชื่อ Amanita Phalloides และ Amanita muscaria และเห็ดชนิดอื่น ๆ	๑๕ นาที ถึง ๑๕ ชั่วโมง	Salivation, ปวดท้องมาก กระจายน้ำมาก คลื่นไส้ อาเจียน ออกมา อุจจาระเป็นน้ำเหลวมากมาย ซางที่เป็นเลือดปนออกมากมายและมีน้ำตาไหลออกมาก ส่วนมากมักจะตาย	- รับประทานเฉพาะเห็ดที่รู้จัก ทั่วไปว่าปลอดภัย ไม่มีพิษจากพวก Alkaloids - ให้ดูศึกษาแก่ประชาชนในการเตรียมอาหารที่ถูกต้องไม่ให้เห็ดที่มีพิษงูอาหาร
๓. ใบโถงน้ำเต้าเป็นพิษ (Rhubarb leaf poisoning)	ส่วนที่เป็นใบมี Oxalic acid อยู่ในใบ	Rhubarb leaf เป็นผักชนิดหนึ่งที่กามใบมีรสเปรี้ยว หรือต้นโถงน้ำเต้าหรือ Rhubarb green	๒ - ๑๒ ชั่วโมง	คลื่นไส้ อาเจียน ท้องร่วง ปวดท้อง กระจายน้ำ ออการ เกิดน้ำมีสีขาว (reduce urine formation และ เกิด hemorrhage failure of blood to clot บางทีอาจตายได้	ให้ดูศึกษาแก่ประชาชน รู้จักเตรียมปรุงอาหาร ไม่ใช่ใบช่ก rhubarb ปรุงอาหาร

ชื่อโรค	เชื้อที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
๔. Potato poisoning or Solanine poisoning	Solanine เป็นสารพวก Gluco alkaloid	มันฝรั่ง (Potatoes)	๒ - ๓ ชั่วโมง	จะไม่เป็นพิษแก่มนุษย์ ถ้ากินไม่เกิน ๑๗.๖ปอนด์ในครั้งหนึ่ง ถ้ากินมาก อาการมีดังนี้คลื่นไส้อาเจียน หงุดหงิด ปวดศีรษะ ปวดท้อง	ไม่ใช่เปลือกหรือหน่อของ Green potatoes Sunburned potatoes หรือ wild celery ไม่รับประทานมันฝรั่งในรูปประกอบอาหาร
๕. Ergotism	เชื้อราที่รบกวนข้าวไรซ์ Claviceps purpurea	ขนมปังหรือข้าวไรซ์คละเอียบ	อาการค่อย ๆ รุนแรงเพิ่มมากขึ้นทีละน้อย ๆ หลังจากที่ได้รับประทานอาหารดังกล่าวที่มีเชื้อราหลายมือ	เนื้อคายเป็นเนลเน่า ที่เนชชาโดยเฉพาะที่นิ้วมือ นิ้วชี้ นิ้วหัวแม่มือ บางโอกาสจะเป็นเนลเนื้อคายเป็นฝีและงูมีปากจนตัวสั้น เศร้าหมองอ่อนเพลีย มีมึนงง ปวดศีรษะ เวียนศีรษะ ปวดเป็นตะคิวที่แขนและคันท่อนิ้ว	ใช้เฉพาะข้าวไรซ์ปลอดเชื้อ ไม่มีเชื้อราหักง้าว
b. Poison honey	Rhododendron (Andromeda) ซึ่งพวกนี้กินและนำไปทำรังหรือมีชื่ออีกชื่อว่า Andromedo toxin เป็นพวก free nitrogen ละลายในน้ำเป็น 2.81	น้ำผึ้ง (Honey)	ไม่แน่นอน	คลื่นไส้อาเจียน หงุดหงิด มึนงง ปวดศีรษะ ปวดท้อง คามอชั่วคราว (temporary blindness) ชีคขาว เป็นไข้ หมดสติ ไม่รู้สึกตัว	อย่ากินน้ำผึ้งที่อยูในบริเวณที่มีพิษงูเป็นพิษ หรือไม่ปลอดภัย

ชื่อโรค	เชื้อที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
	ละลายได้ในน้ำร้อน - เค็ลล ๐.๘๗ อยู่ใน น้ำมี pH7 และละลาย ได้ใน alcohol chloroform แต่ไม่ ละลายใน Petroleum ether				
๗. พิษที่เกิดจากถุกเน่ (Djenkolism)	เข้าใจว่าเป็น Djenkolic acid ในถุกเน่ขง	ถุกเน่ขง (Djenkol beans) หรือ Piche colobaium lobatum อยู่ใน family mimo sac- eae	ไม่แน่นอน บางคนกินมากไม่ เกิดอาการบางคนกินเพียง เล็กน้อยก็เกิดฉี่ปนเลือดได้	เป็นโรคเกี่ยวกับไต มีไอทีคินโมัสภาวะ ปวด บริเวณท้องน้อย ตรวจพบยีสต์ของกรรเจงโก อิค บางทีรุนแรงมีอาการอาเจียน ท้องเดิน ท้องผูก เจ็บปวด เวลาถ่ายมีสีสภาวะ	อย่ากินถุกเน่ขง
๘. Shellfish poisoning	Plankton ซึ่งเป็น อาหารของหอยแมลงภู่ หอยกาบ Plankton ชื่อ Gonyaulax ซึ่งมีสารพวก Thermo- stable alkaloid อยู่ใน plankton	หอยกาบ หอยแมลงภู่ หอย กระพง ซึ่งมักจะเป็นในฤดู ร้อนของทุกปี	๔ - ๑๐ นาที หรือนานกว่า	วิมปีปากสั้น อ้ามน้ำที่แสบตา คอสั้น	ป้องกันโดยการเลี้ยงหอยอยู่ใน บริเวณที่ปลอดภัย ไม่เป็นบริเวณ toxic areas ความรุนแรงของ ของหอยต่าง ๆ ที่เลี้ยงและถ้า จะจับหอยไม่ควรจับบริเวณที่เป็น แหล่งฟุ้งน้ำไฮโดรอก หรือมี plankton มากหรือบริเวณที่วางวาง การประกาศเป็นเขตห้ามจับ

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	ระยะฟักตัว	อาการโดยย่อ	การป้องกัน
	แฉับหอยพวก shell-fish ก็กิน Plankton พวกนี้				
๔. พนังคางคกเป็นพิษ	พนังคางคกมีพิษพวกคิปีคาอิช มีลักษณะ เป็นน้ำยางอยู่ในต่อมนิ่วพิษ	อาหารผสมพนังคางคก หรือ ยารักษาโรคแผนโบราณที่ใช้เนื้อคางคกผสมอยู่	ไม่ทราบแน่นอน	คลื่นไส้ อาเจียน ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ง่วงเหงาหาวนอน ชักกระตุก ประสาทอ่อน	อย่ารับประทานเนื้อคางคกและพนังคางคก

เชื้อราแอสเพอร์จิลลัส ฟลาวัส (Aspergillus flavus)

ชื่อโรค	เชื้อโรคที่เป็นสาเหตุ	อาหารที่เกี่ยวข้อง	การระบาด	อันตรายที่เกิดขึ้น	การป้องกัน
เชื้อราแอสเพอร์จิลลัส ฟลาวัส	สารเป็นพิษอะฟลาทอกซิน (Aflatoxin)	เมล็ดพืชต่าง ๆ เช่น ถั่ว- ถั่วลิสง ข้าวโพด มันสำปะหลัง ข้าวหอม ข้าวกระเทียม งาวันฉง	พบเชื้อได้ที่ทั่วไปในอากาศดิน ซึ่งเชื้อราสามารถเจริญแพร่พันธุ์และผลิตออกซินได้ในเมล็ดพืชต่าง ๆ โดยเฉพาะถั่วลิสง ซึ่งเป็นพืชพันธุ์ที่ยังได้กิน คือเชื้อราที่มีอยู่ในดินได้ง่าย	ทำให้เกิดมะเร็งในตับและไต ทำให้มีอาการสมองอักเสบและตับไตในรายที่รับประทานแต่น้อย เป็นระยะเวลาานจะมีอาการคล้ายโรค Reye's syndrome ในเด็ก	<ul style="list-style-type: none"> - ให้อุณหภูมิกับเกษตรกร เริ่มตั้งแต่การเก็บเกี่ยวตลอดจนการเก็บรักษาในตู้ให้ถูกต้อง - ผู้บริโภคต้องควรเลือกเมล็ดที่อยู่ในสภาพที่ไม่แตกหักและไม่มียีสระดัดสีออก เช่น สีดำ - ผู้บริโภคไม่ควรซื้อรับประทาน ควรทำเอง เพราะผู้ขายอาจนำมาจากตัวที่มีเชื้อราหรือผ่านตัวเก็บไ้บ้านจนมีเชื้อราเป็นพิษปนอยู่ - ถั่วลิสงหรือถั่วอื่นที่ตัวอืดงอควรเก็บในภาชนะที่แห้ง