

NOTA EFEKTIF



AWAS, SEBARAN PENYAKIT !

PENYAKIT BAWAAN MAKANAN DAN BAWAAN AIR	
JENIS PENYAKIT	PUNCA PENYAKIT
1. Demam kepialu (tifoid) 2. Taun (Kolera) 3. Hepatitis A 4. Disenteri (Cirit-birit berdarah) 5. Keracunan Makanan	1. Menggunakan peralatan tercemar semasa menyediakan makanan. 2. Berlaku kontak secara langsung atau tidak langsung dengan air tercemar. 3. Proses penyembelihan, agihan dan penyimpanan makanan yang tidak dikendalikan dengan betul. 4. Bahan makanan atau minuman tidak dicuci, dijangkiti atau tidak dimasak dengan sempurna sebelum dimakan atau diminum. 5. Kebersihan diri tidak diamalkan seperti mencuci tangan sebelum makan atau menyediakan makanan atau minuman.

Jenis Penyakit	Cara Merebak	Cara Mencegah
Keracunan makanan	- Makanan dan air yang tercemar dengan racun atau toksin semula jadi bakteria berbahaya dan bendasing - Pengendali makanan yang tidak sempurna - Agen pembawa seperti lalat, tikus dan lipas	- Makan makanan dan minum air yang bersih - Jaga kebersihan diri dan peralatan - Penyimpanan makanan sejuk beku serta cara pengendalian makanan yang betul
Taun (Korela)	- Air tercemar dengan najis manusia dan haiwan - Makanan yang kotor - Biasa berlaku selepas banjir	- Makan makanan dan minum air yang bersih - Mengelak kawasan banjir - Pengurusan pembentungan yang betul - Menjaga kebersihan diri dan persekitaran
Hepatitis A	Makanan dan air mendapat sentuhan langsung daripada penghidap atau pembawa Hepatitis A	- Makan dan minum air yang bersih - Pengendali makanan diberi vaksin - Kawalan persekitaran
Demam Kepialu (Tifoid)	- Makanan dan air yang tercemar dengan najis dan muntah pembawa kuman kepialu - Pengendali makanan yang dijangkiti	- Dapatkan vaksin - Elakkan sentuhan langsung dengan pesakit - Makan makanan dan minum air yang bersih - Elakkan makanan yang mentah
Disentri (cirit-birit berdarah)	- Makanan dan air yang tidak dimasak sempurna - Makanan dan air yang tercemar	- Penyediaan dan pembuatan makanan yang betul - Makan makanan dan minum air bersih atau dimasak sempurna