VERMONT
DEPARTMENT OF HEALTH

Hagitaanada Dib Ufurista Goobaha Cunnooyinka iyo Albeergooyinka Kadib Fatahaadaha

Xogtan waxaa loogu talo galay goobaha cunnooyinka ama albeergooyinka shatiyada haysta. Qaad tallaabooyinka soo socda si aad dib ugu furto xaruntaada iyo bakhaaradaada cuntada kadib waxyeellooyinka kasoo gaadhay fatahaadaha iyo korontada go'day.

Xidhitaanka Xaruntaada

Waa inaad xidhaa xaruntaada oo aanad ku ganacsanin haddii hal ama in kabadan oo khataraha soo socdaa ay jiraan:

- Qayb ka mid ah goobta cunnadu ay fatahaaduhu soo gaadheen – dhammaan biyaha fatahaadadaha waxaa loo tixgelinayaa inay yihiin kuwo wasakhaysan
- Wasakhda bullaacadu inay dhex fariisato xarunta
- Tuubooyinku inaanay biyaha sii daynayn, musqulahana aanay isticmaali karin shaqaaluhu
- Kaydkii biyaha cabitaanka ahaa ee goobta cunnada inay gaadhay fatahaadu, oo aan biyo kale oo cabitaana laga heli kare meel kale ama iyadoo la raacayo hagitaanada Ku talinta Biyo Kululaynta
- Macaamiisha ama shaqaaluhu ay tahay inay dhex qaadaan biyo ay wasakh bulaacadeed wasakhaysay si ay usoo galaan xarunta
- Koronto aanay jirin
- Khataraha kale ee cunnada xumayn kara ee xarunta gudaheeda

Dib U Eegista Kahor Dib Ufurista

Dib u eegis dhammaystiran ku samee si aad u xaqiijiso in hawlihii caadiga ahaa dib loo bilaabi karo si ammaan ah iyadoon waxyeello loo gaysanayn badqabka cunnada. Ugal dhismaha si taxaddar leh, adigoo raacaya tilmaamaha khubarada qaab dhismeedka iyo korontada. Haddii goobtaada ay xidhay Waaxda Barnaamijka Caafimaadka Cunnada iyo Albeergooyinku, waa in dib u eegis ay ku sameeyaan ka hor inta aanad furin Waaxda Caafimaadku.

Nadiifi

Wasakhda ka dil oo nadiifi qalabka iyo oogooyinka dhismaha la istimcaalo. Si fiican u dhaq una biyo raaci oogooyinka ka hor inta aanad nadiifinin ood wasakhda ka dilin. Raac tilmaamaha ka dillista wasakhda iyo nadiifinta adigoo isticmaalaya kimikada wax lagu nadiifiyo, sida chlorine bleach heerkeedu yahay 100-200 pppm (1 qaado oo bleach ah ku dar 1kii galaan ee biyo la cabayo ah), Quaternary Ammonium oo heerkeedu yahay 200 ppm, ama nadiifiyayaasha kale ee la ansixiyay. Si wacan unadiifinta iyo wasakh ka dilistu waxay dilaysaa cayayaanka ili maqabatayda ah, kimikada ku dul taal, ama wasakhda khattar ku keeni karta cunnada.

Tuur Cunnooyinka Waxyeelladu Gaadhay

Tuur dhammaan cunnooyinka iyo baakadaha ay soo gaadheen biyaha fatahaaduhu, haddii aanay ku jirin qassaacad xidhan oo aanay waxyeellana soo gaadhin.

- Ka takhallus cunnada tallaajadda ku jira ee barafka noqotay - sida hilibka, digaaga, Ukunta, iyo badeecada ukunta ah, iyo caanaha - ee ay soo gaadheen biyaha fatahaaduhu. Haddii uu shaki kaaga jiro, tuur.
- Eeg cunnooyinka qassaacadaha ku jira tuurna cunno kasta oo ku jirta qassaacad ay waxyeello gaadhay. Waxyeellada qassaacadda soo gaadhaa waxaa lagu gartaa inay qassaacaddu bbararto, ay ka daadanayso cunnadii ku jirtay, daloolo leedahay, jabniino leedahay, aad udaxalaysatay ama ay aad u qalloocsan tahay tanoo aan u oggolaanayn in si caadi ah loogu dul raseeyo qassaacadaha kale ama aan lagu furi karin qassaacad furaha.
- Tuur badeecadaha ku jira weelasha leh daboolka wareega (screw caps), dabooka kor usoo booda (sanp-lids), crimped-caps (caagadaha soodhaha), daboolada la wareejiyo (twist-caps), flip-top, snap-open iyo noocyada xidhmitaanka la midka ah ee ay soo gaadheen biyaha fatahaadu.
- Ha lasoo hadhin cunnada ku jirta caagga, waraaqda, kartoonka, maryaha iyo weelasha la midka ah ee ay biyuhu waxyeello soo gaadhsiiyeen.
- Cunnooyinka aanay waxyeelladu soo gaadhin ee waxyaabo kala duwan lagu daray (commercially prepared foods) ee ku jira qassaacadaha birta ah ama retort pouch-yada waa lala hadhi karaa haddii aad ka goyso calaamadaha ku dul dhaggan ee ka go'i kara. Si buuxda udhaq qassaacadaha, deetana ka dil wasakhda adigoo kiimikada nadiifinta ee ka kooban 1 qaado oo bleach an galaan biyaha la cabi karo ah. Ugu dambayntii, dib ucalaamadi weelasha aad ka goysay calaamadaha, calaamadahan oo ay ka mid yihiin taariikhda dhicitaanka adigoo isticmaalaya qalin marker.
- Si habboon oo ammaan ah u tuur cunnooyinka waxyeelloobay si waafaqsan habraacyada federaalka, gobolka iyo kuwa maxalliga ah ee kaydinta, qaadista iyo tuurista. Tani waa in la sameeyo si loo xaqiijiyo in badeecadahani aanay dib usoo noqonin iyagoo ah cunnooyin waxyeello gaadhay ama lasoo badbaadiyay oo dib dadku ucuni karo.

Xarumaha Dhismayaasha ah

- Haddii aad leedahay ceel ay biyaha fatahaaduhu gaadheen biyaha waa in wasakhda laga dilaa dibna loo tijaabiyaa si loo xaqiijiyo inay ammaan yihiin kadib marka biyaha fatahay ay dib unoqdaan. Haddii aad ka shakisan tahay in ceelkaaga ay wasakhi soo gaadhay, xog ku saabsan habraacyada ka dilista wasakhda ayaad ka heli kartaa websatyka Waaxda Caafimaadka: healthvermont.gov/health-environment/drinking- water/disinfection (in English)
- Haddii biyaha wakaalada dadwaynuhu kuu xidhan yihiin , ka hubi wakaaladaada biyaha inay biyaha la cabi karo. Raac xogta Kulaylinta Biyaha haddii laguu xaqiijiyo in biyaha aan la cabi karin.
- Si buuxda u dhaq dhammaan oogooyinka gudaha xarunta dhismaha ah (sida sagxada, gidaarada, iyo saqafka), adigoo isticmaalaya biyaha la cabi karo, oo aad ku dartay taydh dareere ah oo kulul (hot detergent solution), laguna biyo raaciyo kuwo aan taydh lahayn, laguna dhaqaa dareeraha nadiifinta. (Eeg qaybta saree ku saabsan nadiifinta.)
- Ka hortag ama nadiifi caarada. Qaybaha kala duwan ee dhismaha (sida gidaarada, qasabadaha, saqabka iyo nidaamyada HVAC/nidaamyada hawaynta (ventilation) ee ay saameeyeen biyaha fatahaadu ama waxyeelooyin kaleba, waa in la nadiifiyaa, la hagaajiyaa, wasakhdana laga dilaa meesha suurto galka tahay. Soo goo oo burburi boodhka gidaarka ku dhagan ee ay biyuhu waxyeelleeyeen. Gidaarada sibidhka ah ee caaryada ku samaysantay dib ayaa loo habayn karaa.

- Si buuxda u nadiifi wasakhdan uga bii tuubooyinka qiiqa saara. La tasho farsamo yaqaano xirfad uleh adeegga adiga oo la tashanaya kolba sidii loogu baahdo. Nidaamka hawaynta ee biyuhu waxyeeleeyaan ee aan si buuxda loo nadiifin karin ama wasakhda looga dili karin waa in la saaraa kuwo cusubna lagu baddalaa. Markastaba, baddal dhammaan shaandooyinka hawada ee nidaamka hawaynta.

Qalabka

- Si buuxda u dhaq maqalka birta ah, suxuunta dhoobada ah, iyo weelka (oo ay ka mid yihiin walxaha qassaacadaha lagu furo) adigoo ku dhaqaya saabuun iyo biyo kulul. Biyo raaci oo deetana kaga dil wasakhda adigoo ku ridaya biyaha lacabo oo la kulayliyay ama adigoo ku ridaya muddo 15 daqiiqo ah dareere ka kooban 1 qaado oo ah dareere chlorine bleach ah oo aan ur lahay halkii galaan ee biyaha la cabi karo ah ama nadiifiyayaasha kale ee la ansixiyay. Raac tilmaamaha ku dul qoran nadiifiya si aad heerka loogu talo galay u isticmaasho.
- Si buuxda u dhaq miisaska, qalabka iiyo oogooyinka aan cunnada lasaarin adigoo ku dhaqaya saabuun iyo biyo kulul. Biyo raaci oo deetana kaga dil wasakhda adigoo isticmaalaya dareere ka kooban 1 qaado oo ah dareere chlorine bleach ah oo aan ur lahay halkii galaan ee biyaha la cabi karo ah ama nadiifiyayaasha kale ee la ansixiyay. Ku qallaji hawada.
- Isticmaal qalabka lagu dhaqo suxuunta ama waaskada wax lagu dhaqo si aad udhaqdo, biyo raaciso una nadiifiso qalabka iyo weelasha adigoo isticmaalaya biyaha la cabi karo iyo:
    - U isticmaal nadiifiyaha koloriinta ah heerkeedu yahay 50-100 ppm (1/2 qaado badhkeed oo ah bleach 1kii galaan ee biyo lacabi karo ah) ama nadifiiyayaasha kale ee la ansixiyay oogooyinka iyo qalabka ay cunnada taabanayso.
    - Mashiinada dhaqista suxuunta ee makaanikada ahi waa inay kama dambaysta usameeyaan biyo raacinta nadiifinta ah ee ah 50 ppm chlorine (ee loogu talo galay mashiinka nadiifinta kimikada ah) ama 180°F oo ah biya raacinta nadiifinta ah ee udambaysa (ee loogu talo galay mashiinada ku nadiifinta biyaha kulul).
    - Qalabka tijaabada ee la ansixiyay waa inay diyaar ahaadaan si loo xaqiijiyo heerka nadiifiyaha ee saxda ah ee loogu talo galay nadiifinta kimikoda ah iyo heerkulbeeg cabbiri kara heerka usarreeya ama sharootada kulku baddalo waa inay diyaar ahaataa si loogu xaqiijiyo in biyaha kulaylkoodu gaadhay 180°F ama in oogada weelka ay heerkulkeedu gaadhay 170°F.
    - Saxan dhaqaha oo madhan saddex jeer usamee dhaqis, biyo raacin, iyo nadiifin. Tani waxaa loo sameeyaa si biyo loo raaciyo meelaha biyuhu marayaan loona hubiyo in saxan dhaquhu yahay nadiif gudihiisuna aanu lahayn wax wasakh ah kahor inta aan lagu maydhin qalabka iyo weelasha ku jira.
- Tallaajaddaha iyo agabka kale ee wax lagu kaydiyo iyo qalabka kale ee wax lagu qaboojiyaba ee loo isticmaalo in lagu kaydiyo cunnada waa in laga nadiifiyaa dhammaan badeecadaha wasakhoobay iyo casiirkooda ku jira ka hor inta aan la nadiifinin.
- Qalabka wax kaydinta ee tallaajadda ku jira waa in si buuxda looga dhaqaa gudaha iyo dibadaba iyadoo lagu dhaqayo taydh dareere ah oo kulul laguna biyo raaciyaa biyo aan lahayn wax taydh ah. Fiiro gaar ah sii laydhka, meelaha wasakhda saara, tuubooyinka nidaamka hawaynta, dhinacyada, meelaha dildillaacan, gacanta albaabka laga furo lagana xidho iyo gaskets-ka albaabka. Ku nadiifi dhammaan oogooyinka nadiifta dareeraha nadaafadda. (Eeg qaybta saree ku saabsan nadiifinta.)

- Haddii awoodii ay tallaajada qabawga ku ceshanaysay, gaskets-ka albaabka, ama tuubooyinka, iwm ay waxyeeleeyeen biyaha fatahaadaha ama cunnada dareeraha ahi, baddal ama tuur tallaajadahan iyo agabkan kaydinta iyo qalabka kale ee tallaajadaynta.
- Tuur oo baddal dhammaan shaandooyinka qalabka haddii aan loogu talo galin in lagu nadiifiyo iyaga oo halkooda ku jira.
- Baddal dhammaan shaandhooyinka mashiinka barafka iyo shaandooyinka qalabka casiirka laga shubo (beberage dispenser filters), kuna dhaq muddo 10 illaa 15 daqiiqo ah biyo dhammaan meelaha biyuhu maraan, oo ay ka mid yihiin steam water lines iyo meelaha ay biyuhu maraan ee mashiinka barafka.
- Daadi dhammaan barafka ku jira mashiinka barafka. Nadiifi oo ka dil wasakhda oogooyinka gudaha (qaybta samaynta barafka iyo meelaha lagu kaydiyoba). Mari mashiinka barafka saddexda wareeg oo wareeg kasta ka daadi wixii baraf ah.
- Nadiifi oo kadil wasakhda dhammana waastooyinka kadib inta aanad dib u isticmaalin.
- Eeg qalabka si aad uhubiso in la isticmaali karo iyo in dhammaan dhinacyadeedu ay fiican yihiin.
- Foornooyinka waa in si buuxda loo nadiifiya ayna eegto waaxda dabku, shirkada weelka ee maxalliga ah, ama wakiil rasmi ah oo ah adeegyada ka hor inta aan la isticmaalin.

Ilaalinta Heerkulka Cunnada

- Xaqiiji in dhammaan tallaajadaha dusha ka furan, tallaajadaha aan lahayn albaabka lagu xidho (walk-in refrigerator), iyo qaboojiyahaasha aan lahayn albaabka lagu xidho (walk-in freezers) inay si joogto ah ugu ilaalin karaan heerkul qabow (≤41°F ama heer baraf ah) ka hor inta aan cunnada lagu ridin.
- Xaqiiji in qalabka kulaylinta uu kulkiisu gaadhay heerkulkii saxdaa ahaa ee lagu kariyo (≥135°F) hilibka xayawaanka ee qaydhinka ah. Xaqiiji in qalabka qaboojintu uu cunnada ku ilaalin karo heerkulka saxda ah (≤41°F).
- Xaqiiji in dhammaan qalabka loo isticmaalo diyaarint acunnada (sida karinta, qaboojinta iyo dib ukulaylinta) uu ushaqaynayo uuna si wacan ufadhiyo ka hor inta aan la isticmaalin.

Isha Laga Helayo Cunnada

- Dhammaan cunnooyinka, oo ay ka mid yihiin cunnada qaydhin, ta fresh-ka ah, ta qaboojisan, ta hore loo baakad gareeyay, ta marfishka in badan ku jiri karta (shelf-stable), iyo tan markaba la cuni karo ee hore udiyaarka ah waa in kaliya isha laga helayaa ahaataa mid la ansixiyay.
- Qaybta la cuni karo ee cunnada fresh-ta ah ee ay biyaha fatahaaduhu soo gaadheen waxaa loo tixgelinayaa inay xumaatay waana in la tuuraa.
- Cunnada waa inuu gacanta ku hdigaa qofka ka mas'uulka ah inuu xaqiijiyo in cunnada
- baakadaha ku jirta uu heerkulkeedu sax yahay ayna dildilaacasanayn, daloolo ama meelo kale oo ay ka furan tahay lahayn. Cunnada qassaacadaysan waa inaysan bararsanayn ama qalloocsanayn ama lahayn daldaloolo qassaacadda ah ama calaamadaha ku dul qorani aanay ahayn kuwo wasakhaysan.
- Cunnada ubaahan in heerkulkeeda la xakameeyo waa in marka lala wareegayo ay ahaataa mid barafaysan ama heerkulkeedu aanu ka yarayn 41°F si tallaajada loogu keydiyo.

Xakamaynta Cayayaanka

- Xaqiiji inaanay xarunta ku jirin jiir/cayayaan ay suurto gal tahay inay soo galeen. Saar cayayaanka dhintay oo nadiifi oogooyinka cunnadu taabato ee cayayaanku gaadhay.
- Dabool dhammaan daldaloolada xarunta si aad uga hortagto inay mustaqbalka soo galaan wax cayayaan ah ama jiirba.
- Tuur cunnooyinka adka ah ee wasakhaysan ee ku jira weelka xidhan si aad uga hortagto jiirka iyo dukhsiga.

Shaqaalaha

- Markasta isticmaal saabuun iiyo biyo diirran (ugu yaraan heerkulkoodu yahay 100°F) oo ah kuwa la cabi karo si aad udhaqdo gacmahaaga.
- Nadiifiyayaasha gacmaha waa in kaliya la isticmaalaa kadib marka la dhaqo gacmaha. Nadiifiyayaasha gacmuhu ma dilaan jeermiska gacmaha wasakhaysani leeyihiin baddalna uma noqon karaan in gacmaha lagu dhaqo saabuun iyo biyo.
- Shaqaaluhu waa inaanay gacmahooda ku taabanin cunnadda diyaarka ah ee markaba la cunao, laakiin waa inay isticmaalaan tongs, deli paper, ama galoofyada halka mar la isticmaalo.
- Shaqaalaha dhaawaca dillaacan ee furan lehi waa inaanay ka shaqayn cunnada gacmaha lagu diyaarinayo ama aanay taabanin oogooyinka la nadiifiyay wasakhdana laga dilay ee cunnada taabanayso ama adeegga halka mar ah/weelka halka mar la isticmaalo. Haddii dhaawaca jeermisku gaadhay lagu daboolo dabool laba lakab ah oo aanay biyuhu ka dhex dusi karin sida finger cot ama water-tight bandage iyo galoofyo caag ah, shaqaaluhu waa uu sii wadi karaa inuu diyaariyo cunnada noocaasi ah.
- Shaqaalaha yeesha mattag, shuban, ama cagaarshawgu waa inaanay shaqada iman, waana inaanay kusoo noqon shaqada illaa ugu yaraan 48 saacadood kadib marka calaamaduhu ka baaba’aan.