

นิยามสำคัญที่ควรทราบ

“อาหารส่วนเกิน” อาหารที่มีมากเกินไปจนความต้องการในสถานที่ใดสถานที่หนึ่ง (เป็นได้ทั้งผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ร้านค้าหรือบุคคลทั่วไป) เช่น อาหารที่มีการผลิตมากเกินไป คำสั่งซื้อ อาหารที่ไม่ผ่านข้อกำหนดของผู้ผลิตหรือผู้ซื้อในด้านที่ไม่เกี่ยวกับคุณภาพด้านความปลอดภัย (เช่น สี ขนาด รูปร่าง ไม่เป็นไปตามเกณฑ์ที่ผู้ซื้อกำหนด) หรือเหลือระยะเวลาที่สามารถวางจำหน่ายได้น้อยเกินไป ไม่สามารถวางจำหน่ายได้ รวมถึงอาหารที่เลยวันที่ควรบริโภคก่อน แต่ยังคงปลอดภัยต่อการบริโภค

“ควรบริโภคก่อน” วันที่ซึ่งแสดงการสิ้นสุดของช่วงเวลาให้อาหารนั้นยังคงคุณภาพดี ภายใต้เงื่อนไขการเก็บรักษาที่ระบุไว้ที่ฉลาก หลังจากพ้นวันที่ระบุ ถึงแม้ว่าจะวางจำหน่ายไม่ได้ และอาหารอาจมีคุณภาพเปลี่ยนไปจากเดิม แต่ยังคงสามารถบริโภคได้อย่างปลอดภัย ขึ้นอยู่กับชนิดของอาหาร และการเก็บรักษา เช่น การเก็บรักษาอาหารโดยการแช่แข็ง

“หมดอายุ” วันที่ซึ่งแสดงการสิ้นสุดของคุณภาพของอาหาร ภายใต้เงื่อนไขการเก็บรักษาที่ระบุไว้ที่ฉลาก และหลังจากวันที่ระบุไว้นั้น อาหารนั้นวางจำหน่ายไม่ได้

หลักการพื้นฐานของการบริจาคอาหาร

1. ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องต้องมั่นใจว่าอาหารที่นำมาบริจาคมีความปลอดภัยและเหมาะสมต่อการบริโภคของมนุษย์ และมีการให้ข้อมูลที่จำเป็นแก่ผู้รับบริจาคอย่างครบถ้วน

2. ผู้รับบริจาคต้องได้รับอาหารที่มีความปลอดภัยและควรมีคุณภาพในมาตรฐานเดียวกันกับผู้ที่ยจ่ายเงินซื้ออาหาร

3. ผู้รับบริจาคมีสิทธิได้รับทราบข้อมูลที่เพียงพอสำหรับการตัดสินใจเลือกบริโภคอาหารนั้นได้อย่างปลอดภัย

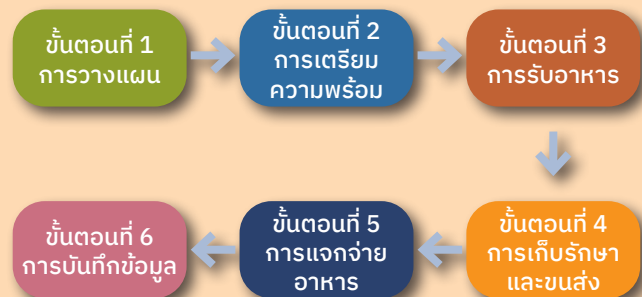


บทบาทหน้าที่ของผู้ที่เกี่ยวข้อง



- ผู้ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการผลิตอาหารในทุกขั้นตอนต้องมั่นใจว่าอาหารภายใต้ขั้นตอนที่ดูแลนั้นมีความปลอดภัยและมีคุณภาพมาตรฐานสอดคล้องกับข้อกำหนดของกฎหมายที่เกี่ยวข้อง
- ให้มีการกำหนดผู้รับผิดชอบดูแลด้านความปลอดภัยอาหารเพื่อทำหน้าที่ประสานงานและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับอาหารบริจาคทั้งกระบวนการ
- ผู้บริจาค ต้องมีกระบวนการทำให้แน่ใจว่าอาหารที่จะบริจาคมีความปลอดภัยและคุณภาพเป็นไปตามข้อกำหนดของกฎหมายที่เกี่ยวข้อง
- ตัวกลางในการบริจาค ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยอาหาร มีกระบวนการที่มั่นใจว่าอาหารที่ได้รับบริจาคจะถูกเก็บรักษา บรรจุ และขนส่งอย่างเหมาะสม ไม่เสื่อมสภาพ หรือมีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นระหว่างการบริจาค
- ผู้รับบริจาค ควรปฏิบัติตามคำแนะนำในการรับและบริโภคอาหารอย่างเคร่งครัด

ขั้นตอนในการบริจาคอาหาร 6 ขั้นตอน



- ขั้นตอนที่ 1 การวางแผน ข้อมูลที่ต้องพิจารณาจัดเตรียม ได้แก่
- ประเภทของอาหารที่จะบริจาค
 - ปริมาณและความถี่ของการบริจาคอาหารแต่ละประเภท
 - กำหนดกลุ่มเป้าหมายผู้รับบริจาคที่เหมาะสม
 - กำหนดผู้รับผิดชอบ/ประสานงาน

- ขั้นตอนที่ 2 การเตรียมความพร้อม
- จัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์ พาหนะขนส่ง และสถานที่
 - จัดเตรียมความพร้อมบุคลากร
 - วางแผนการรับมือกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

- ขั้นตอนที่ 3 การรับอาหารจากผู้บริจาค
- ตัวกลางในการบริจาคตรวจสอบอาหารทันที ณ จุดรับ
 - ดำเนินการเก็บรักษาหรือจัดการอาหารต่ออย่างเหมาะสม

- ขั้นตอนที่ 4 การเก็บรักษาและขนส่ง
- เก็บรักษาอาหารให้ปลอดภัยปราศจากการปนเปื้อน
 - ควรจัดเรียงอาหารทั้งหมดในลักษณะที่สามารถนำอาหารเก่าออกใช้ก่อนตามหลักการ First Expired/First Out (FEFO)
 - อาหารสดหรืออาหารที่เสื่อมเสียบง่าย ควรนำส่งต่อผู้รับบริจาคให้เร็วที่สุด
 - พาหนะที่ใช้ในการขนส่งอาหารควรทำความสะอาดเป็นประจำ

- ขั้นตอนที่ 5 การแจกจ่ายอาหาร
- ผู้ดำเนินการแจกจ่ายอาหารตรวจพินิจสภาพโดยรวมของอาหาร
 - ทวนสอบความถูกต้องของข้อมูลอาหารที่จำเป็นต้องแจ้งแก่ผู้รับบริจาค
 - ตรวจสอบความพร้อมของบุคลากรผู้สัมผัสอาหาร
 - จัดทำข้อมูลอาหาร และแจ้งให้แก่ผู้รับบริจาคทราบ
 - ระวังไม่ให้มีการปนเปื้อนเพิ่มขึ้นระหว่างการแจกจ่าย

- ขั้นตอนที่ 6 การบันทึกข้อมูล
- บันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการบริจาคอาหาร
 - แนะนำให้เก็บข้อมูลไว้เป็นเวลาอย่างน้อย 2 ปี
 - วัตถุประสงค์หลักของการเก็บข้อมูลคือเพื่อใช้ในการตรวจสอบย้อนกลับกรณีพบว่าอาหารมีปัญหา และใช้วางแผนในการบริจาค

ข้อมูลเพิ่มเติมที่ควรทราบ

- **การยืดระยะเวลาการเก็บรักษาอาหารโดยการแช่แข็ง**
สามารถช่วยยืดอายุของอาหารและทำให้การบริโภคอาหารทำได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น อาจดำเนินการโดยผู้บริจาด หรือตัวกลางในการบริจาดก็ได้ โดยมีข้อกำหนดดังนี้
 - อาหารนั้นต้องอยู่ในสภาพที่ดีและเหมาะสมต่อการบริโภค
 - ทำการแช่แข็งก่อนหรือภายในเที่ยงคืนของวันที่หมดอายุ
 - แช่แข็งอาหารให้ทั่วถึงทุกส่วนจนถึงใจกลางของอาหาร
 - จัดทำและบันทึกข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ วันที่ทำการแช่แข็ง และวิธีที่แนะนำในการทำละลายหรือบริโภค พร้อมระบุวันสิ้นสุดของการบริโภคอาหารใหม่ (ภายหลังพิสูจน์ความปลอดภัยของอาหารแช่แข็งตามระยะเวลาที่กำหนด)
- **วิธีการควบคุม**
 - ควบคุมระยะเวลาและอุณหภูมิในการเก็บรักษาอาหาร
 - รักษาสุขอนามัยที่ดีของผู้เตรียมอาหาร
 - ควรทำการคัดเลือกหรือล้างให้สะอาด เพื่อป้องกันอันตรายที่เกิดจากกระบวนการผลิตตามธรรมชาติ เช่น ก้อนกรวดในถั่วหรือธัญพืช
 - ควรดูแลรักษาวัสดุอุปกรณ์ที่ใช้งานให้อยู่ในสภาพดี เลือกใช้วัสดุที่แข็งแรง ไม่เปราะแตกง่าย มีมาตรการป้องกันและจัดการกรณีเกิดอุบัติเหตุ เช่น การแตกbin ของใบมีด แก้ว พลาสติก ไม่ให้ปนเปื้อนอาหาร
 - ขณะนำอาหารออกจากหีบห่อบรรจุ ควรใช้ความระมัดระวังไม่ให้มีเศษผง ลวด ยาง ห่วงโลหะ หรือวัสดุใดๆ จากภาชนะบรรจุ ตกหล่นลงสู่อาหาร
 - ควรระมัดระวังเป็นพิเศษเมื่อเตรียมอาหารที่อาจมีอันตรายตามธรรมชาติ เช่น กระดุก ก้างปลา เย็นงแหลม เศษเมล็ดหรือเปลือกผักผลไม้ที่มีความแหลมคมหรือแข็ง ให้แก่กลุ่มเปราะบาง เช่น ทารก เด็กเล็ก คนชรา หรือผู้ป่วย
 - ผู้เตรียมอาหารควรมีความรู้และสามารถแยกแยะอาหารหรือส่วนของอาหารที่เป็นพิษออกจากส่วนที่บริโภคได้ อาหารบางชนิดมีสารพิษอยู่ตามธรรมชาติ เช่น ปลาปักเป้า เห็ดพิษ แมงดาทะเลบางสายพันธุ์ สัตว์น้ำ

ที่จับในเขตน่านน้ำที่มีการปนเปื้อน มันฝรั่งกอก ยอดหน่อไม้ มันสำปะหลัง ควรจัดการอาหารที่มีความเสี่ยงจากสารพิษแต่ละชนิดอย่างเหมาะสม

- ควรเลือกรับอาหารจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ และล้างทำความสะอาดอย่างทั่วถึงเพื่อป้องกันอันตรายจากสารเคมีและสารพิษตกค้างจากการผลิต
- ไม่ควรเก็บรักษาอาหารร่วมกับสารเคมีเป็นพิษ เช่น น้ำยาทำความสะอาด ยาฆ่าแมลง และสารเคมีอื่นๆ
- ใช้ภาชนะบรรจุที่เป็น food grade และติดฉลากให้ชัดเจน ไม่ใช้ภาชนะร่วมกับสารเคมีอื่น
- เลือกใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับชนิดอาหาร อาหารที่เป็นกรดควรใส่ในภาชนะที่เป็นแก้วหรือพลาสติกที่ทนกรดได้ หลีกเลี่ยงการใช้ภาชนะที่มีสีหรือลวดลายฉูดฉาดด้านใน
- ใช้น้ำมันที่ทนอุณหภูมิสูงได้ในการทอด ไม่ใช้น้ำมันทอดซ้ำ และไม่อบหรือทอดอาหารจนไหม้เกรียมเกินไป เพื่อจำกัดการเกิดสารก่อมะเร็ง
- ให้ข้อมูลส่วนประกอบอาหารที่อาจมีสารก่อภูมิแพ้ให้ครบถ้วน
- มีมาตรการป้องกันการปนเปื้อนข้ามไม่ให้สารก่อภูมิแพ้ปนเปื้อนไปยังอาหารอื่น

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่
<https://shorturl.at/71NX2>



กรมควบคุมมลพิษ
POLLUTION CONTROL DEPARTMENT

ส่วนขยะมูลฝอยชุมชน กองจัดการกากของเสียและสารอันตราย
กรมควบคุมมลพิษ กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
92 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน แขวงพญาไท เขตพญาไท
กรุงเทพมหานคร 10400 โทร. 0 2298 2083-8
www.pcd.go.th



โครงการการบริหารจัดการและสร้างการรับรู้มลพิษ
จากสิ่งแวดล้อมเพื่อสุขภาพที่ดี
ได้รับทุนสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.)



กรมควบคุมมลพิษ
POLLUTION CONTROL DEPARTMENT

แนวปฏิบัติ
เพื่อความปลอดภัยอาหาร
สำหรับ

การบริจาด อาหาร

