

Số: 84/KH-TTYT

Đồng Văn, ngày 06 tháng 4 năm 2017

KẾ HOẠCH

Truyền thông “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017

Căn cứ Kế hoạch số 105/KH-BCĐ ngày 05 tháng 4 năm 2017 của Ban chỉ đạo LNVSATTP, UBND huyện Đồng Văn về việc triển khai “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017;

Trung tâm Y tế huyện Đồng Văn xây dựng Kế hoạch truyền thông “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” huyện Đồng Văn năm 2017 với chủ đề “**Sản xuất, kinh doanh và tiêu dùng thực phẩm tươi sống an toàn; kiểm soát rượu, phòng tránh ngộ độc rượu**” như sau:

I. MỤC TIÊU CHUNG

1. Giải quyết căn bản bức xúc nổi cộm hiện nay là sử dụng tạp chất hay còn công nghiệp trong sản xuất rượu, sử dụng chất cấm trong chăn nuôi; đảm bảo an toàn thực phẩm tươi sống (rau, thịt, thủy sản) trọng tâm giảm thiểu rõ nét mức tồn dư thuốc bảo vệ thực vật trong rau, quả; tồn dư hoá chất, kháng sinh ô nhiễm vi sinh vật trong thịt, thủy sản nuôi, nhằm cải thiện niềm tin cho người tiêu dùng thực phẩm nông sản, thủy sản

2. Nâng cao ý thức chấp hành chính sách, pháp luật về an toàn thực phẩm của các tổ chức cá nhân trong việc sản xuất, kinh doanh, tiêu dùng rượu, các thực phẩm tươi sống (rau, thịt, thủy sản). Giảm thiểu tình trạng lạm dụng rượu.

3. Tăng cường công tác kiểm tra bảo đảm an toàn thực phẩm tại các cơ sở sản xuất, sơ chế, chế biến, nhập khẩu, lưu thông, buôn bán thực phẩm tươi sống, đặc biệt là các cơ sở giết mổ, các cơ sở sơ chế, chế biến, cung ứng rau, thịt, thủy sản. Tăng cường kiểm tra sản xuất, kinh doanh rượu; đặc biệt là cơ sở kinh doanh nhỏ lẻ, các làng nghề.

4. Giảm thiểu ngộ độc do tiêu dùng thực phẩm không an toàn nói chung và rượu, rau, thịt, thủy sản tươi sống nói riêng.

5. Ngoài các mục tiêu trên các xã, thị trấn cần thường xuyên tập trung chỉ đạo quyết liệt công tác bảo đảm an toàn thực tại bếp ăn tập thể trường học, ngộ độc thực phẩm do ăn bánh ngô mốc, nấm độc, quả rừng, ...

Các Ban, Ngành, đoàn thể, các tổ chức xã hội, các hộ sản xuất, chế biến, kinh doanh và người tiêu dùng nâng cao vai trò, trách nhiệm của mình trong việc tăng cường, phổ biến, học tập các văn bản qui phạm Pháp luật về VSATTP. Đồng thời nâng cao vai trò giám sát, của cơ quan quản lý và người tiêu dùng đối với thực thi Pháp luật về ATTP đối với cá nhân, cơ sở sản xuất, sơ chế, chế biến, kinh doanh rau, cơ sở chăn nuôi, giết mổ, sơ chế, chế biến, kinh doanh thịt, nhà hàng, khách sạn, bếp ăn tập thể, người tiêu dùng thực phẩm.



II. MỤC TIÊU CỤ THỂ

1. Trên 85% toàn dân, tổ chức cá nhân sản xuất, sơ chế, giết mổ, chế biến, nhập khẩu, xuất khẩu, kinh doanh rau, thịt, thủy sản tươi sống. Chính quyền các cấp, quản lý nhà hàng, quán ăn, dịch vụ ăn uống, bếp ăn tập thể, ban quản lý chợ, chợ đầu mối, khu du lịch. Người tiêu dùng thực phẩm được truyền thông trực tiếp, gián tiếp “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017.

2. Phối hợp với các Cơ quan, ban, ngành, đoàn thể, các trường học huyện, xã, thị trấn tổ chức truyền thông qua các phương tiện thông tin đại chúng, trực tiếp truyền thông qua các buổi họp thôn, tổ, chợ phiên.

3. Tuyên truyền thường xuyên các hoạt động về đảm bảo chất lượng vệ sinh an toàn thực phẩm “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017 với chủ đề **“Sản xuất, kinh doanh và tiêu dùng thực phẩm tươi sống an toàn; kiểm soát rượu, phòng tránh ngộ độc rượu”** đến các nhóm đối tượng ưu tiên: cơ sở sản xuất, sơ chế, chế biến, kinh doanh rau, cơ sở chăn nuôi, giết mổ, sơ chế, chế biến, kinh doanh thịt, nhà hàng, khách sạn, bếp ăn tập thể, người tiêu dùng thực phẩm.

III. NỘI DUNG TRUYỀN THÔNG

- Tuyên truyền, hướng dẫn sản xuất, chế biến, bảo quản và tiêu dùng thực phẩm tươi sống an toàn, nâng cao vai trò trách nhiệm, tầm quan trọng của việc thực hiện tốt các quy định bảo đảm an toàn sản xuất rau, thịt; quy định về sử dụng thuốc bảo vệ thực vật trên rau, sử dụng hóa chất, thuốc kháng sinh trong chăn nuôi phòng ngừa nguy cơ ô nhiễm rau, củ, quả, nông sản do tồn dư thuốc bảo vệ thực vật.

- Đưa tin tuyên truyền về các hoạt động bảo đảm an toàn thực phẩm rau, thịt trên địa bàn huyện.

- Quảng bá danh sách "địa chỉ xanh, nông sản sạch" đến người tiêu dùng.

- Chỉ rõ các vấn đề bức xúc nhất hiện nay trong công tác quản lý an toàn thực phẩm, nêu rõ trách nhiệm của các nhà quản lý, các cấp chính quyền, các ban ngành đoàn thể và từng cá nhân, tập thể trong hoạt động sản xuất, kinh doanh, tiêu dùng thực phẩm, rượu tại các sự việc cụ thể.

- Tập trung tuyên truyền, hướng dẫn các đối tượng hiểu đúng, thực hiện đúng Luật an toàn thực phẩm, Nghị định hướng dẫn luật an toàn thực phẩm, các thông tư quy định bảo đảm an toàn thực phẩm.

- Kịp thời biểu dương các tổ chức, cá nhân tích cực tham gia các hoạt động đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm, đồng thời phê phán, đưa tin các đơn vị, cá nhân vi phạm các quy định pháp luật về bảo đảm an toàn thực phẩm rau, thịt, thủy sản tươi sống, rượu.

- Tập trung tuyên truyền giáo dục đến các nhóm đối tượng ưu tiên cụ thể như sau: Người lãnh đạo quản lý, chính quyền các cấp; người sản xuất, chế biến, kinh doanh thực phẩm rau, thịt, thủy sản tươi sống; người tiêu dùng thực phẩm.

- Các văn bản quy phạm pháp luật, các tiêu chuẩn, quy chuẩn, các hệ thống quản lý an toàn thực phẩm, an toàn dịch bệnh trong sản xuất, sơ chế, chế biến, kinh doanh rượu, rau, thịt, thủy sản tươi sống.

- Các quy phạm thực hành, các hệ thống VietGap, HACCP, trong sản xuất, kinh doanh rau, thịt thủy sản tươi sống.

- Hướng dẫn cách chọn mua, chế biến, bảo quản và tiêu dùng thực phẩm rau, thịt, thủy sản tươi sống và rượu an toàn.

- Tuyên truyền về các nội dung “10 nguyên tắc vàng chế biến thực phẩm an toàn”; “05 chìa khoá vàng để có thực phẩm an toàn”.

- Tuyên truyền để người tiêu dùng có thói quen từ chối các cơ sở sản xuất, kinh doanh rau, thịt, thủy sản không đảm bảo an toàn thực phẩm; không tiêu thụ những sản phẩm rau, thịt, thủy sản không rõ nguồn gốc hoặc dấu hiệu ôi thiu, mốc, hỏng. Khai báo kịp thời khi bị ngộ độc thực phẩm và các bệnh truyền qua thực phẩm.

- Tuyên truyền để người tiêu dùng hiểu rõ tác hại của việc sử dụng rượu, đặc biệt là rượu pha bằng cồn công nghiệp, rượu có chứa hàm lượng Methanol cao.

** Các hình thức truyền thông*

- **Truyền thông đại chúng:** Đài Truyền thanh - Truyền hình huyện dành nhiều thời gian, thời lượng phát sóng tuyên truyền về VSATTP. Đặc biệt phát huy hệ thống đài truyền thanh ở xã, thị trấn, khu phố để tập trung chuyển tải thông điệp “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017 với chủ đề **“Sản xuất, kinh doanh và tiêu dùng thực phẩm tươi sống an toàn; kiểm soát rượu, phòng tránh ngộ độc rượu”**.

- **Truyền thông trực tiếp:** Tăng cường truyền thông trực tiếp về vệ sinh an toàn thực phẩm và phòng chống ngộ độc thực phẩm, thông qua đội ngũ cán bộ Y tế cơ sở, giáo dục, nông nghiệp phát triển nông thôn, các ban ngành đoàn thể như: Mặt trận tổ quốc, Hội chữ thập đỏ, Phụ nữ, Đoàn thanh niên, các lực lượng vũ trang, các cộng tác viên, nhân viên y tế thôn bản, cộng tác viên VSATTP, trưởng thôn bản,... với các hình thức dễ tiếp thu như hướng dẫn thực hành bằng cách “cầm tay chỉ việc” theo nhóm, nói chuyện... Ngoài ra, cần đưa vào thảo luận và có Nghị quyết về đảm bảo an toàn thực phẩm trong các đợt sinh hoạt của các cấp ủy Đảng. Tập trung công tác truyền thông tại các phiên chợ, khu tập trung dân cư, lễ hội, điểm du lịch...

- **Truyền thông khác:** Treo băng zon, khẩu hiệu trên các trục đường chính, nơi tập trung dân cư. Khẩu hiệu tuyên truyền trên các đường phố của huyện xã, thị trấn về “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017 với nội dung như sau:

+ **Nhiệt liệt hưởng ứng “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017.**

+ **Chính quyền các cấp, các cơ quan chức năng quyết tâm ngăn chặn thực phẩm rau, thịt, thủy sản tươi sống không an toàn.**

+ **Kiên quyết xử lý nghiêm các trường hợp nhập lậu, vận chuyển, kinh doanh, sử dụng thực phẩm không an toàn; gia cầm, sản phẩm gia cầm, gia súc và sản phẩm thịt gia súc, thủy sản tươi nhập lậu nhập lậu, không rõ nguồn gốc, chưa qua kiểm dịch.**

+ **Không sử dụng cồn công nghiệp để pha và sản xuất rượu cho người tiêu dùng.**

+ **Vì sức khỏe người tiêu dùng, không sử dụng thuốc bảo vệ thực vật ngoài danh mục được phép sử dụng.**

+ **Vì sức khỏe người tiêu dùng, hãy đảm bảo thời gian cách ly sau khi sử dụng thuốc bảo vệ thực vật.**

+ **Vì sức khỏe người tiêu dùng, tuyệt đối không sử dụng hóa chất, kháng sinh ngoài danh mục, chất cấm trong chăn nuôi, nuôi trồng thủy sản.**

+ **Tuyệt đối không sử dụng phẩm màu độc hại, các chất phụ gia, hóa chất ngoài danh mục cho phép trong sản xuất, chế biến thực phẩm.**

- *Vì sức khỏe bản thân, vì an sinh xã hội, không lạm dụng rượu bia.*
- + *Lựa chọn rau, thịt, thủy sản tươi sống sạch, rõ nguồn gốc xuất xứ cho bữa ăn ngon, an toàn sức khỏe.*
- + *Chủ động phát hiện hành vi vi phạm an toàn thực phẩm và báo cáo cho cơ quan chức năng gần nhất.*
- + *Để đảm bảo an toàn thực phẩm hãy ăn chín, uống sôi, rửa tay thường xuyên bằng xà phòng.*

IV. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM

1. Thời gian: Từ ngày 15/4/2017 đến ngày 15/5/2017.

2. Địa điểm: Tại 19/19 xã, thị trấn.

* Tổ chức Lễ phát động

a. Cấp huyện: Ban chỉ đạo liên ngành Vệ sinh an toàn thực phẩm huyện hướng dẫn Ban chỉ đạo Vệ sinh an toàn thực phẩm xã Sùng Là tổ chức Lễ phát động hưởng ứng “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017.

- Địa điểm: Tại xã Sùng Là, huyện Đồng Văn

- Thời gian: Ngày 18/4/2017.

b. Cấp xã, thị trấn: Tùy theo điều kiện thực tế, các xã tổ chức Lễ phát động tại xã trong khoảng thời gian từ 15/4 - 20/4/2017.

V. KINH PHÍ

Tuyển huyện kinh phí truyền thông lồng ghép các chương trình mục tiêu Y tế Quốc gia năm 2017 (nếu có) và hỗ trợ của đơn vị.

Các xã, thị trấn xây dựng kế hoạch xin kinh phí hỗ trợ của địa phương.

VI. TỔ CHỨC THỰC HIỆN

Giao cho Phòng truyền thông GDSK Trung tâm Y tế huyện phối hợp với Khoa VSATTP chuẩn bị các nội dung bài truyền thông, tài liệu truyền thông. Cử cán bộ tham gia Lễ phát động huyện và các buổi truyền thông tại xã, thị trấn. Báo cáo sau khi kết thúc các đợt truyền thông, các Trạm Y tế xã, thị trấn gửi báo cáo về Trung tâm Y tế huyện (Phòng truyền thông GDSK) trước ngày 22/5/2017 để tổng hợp báo cáo gửi Sở Y tế, Trung tâm TTGDSK.

Trên đây là Kế hoạch truyền thông “Tháng hành động vì an toàn thực phẩm” năm 2017. Trung tâm Y tế huyện Đồng Văn yêu cầu các khoa, phòng liên quan, các Trạm Y tế xã, thị trấn tổ chức thực hiện theo đúng tiến độ. *Nurul*

Nơi nhận:

- Sở Y tế;
- Trung tâm TTGDSK tỉnh;
- BGĐ TTYT;
- Trạm Y tế các xã, TT, PKĐKKV;
- Lưu: VT.

GIÁM ĐỐC



Sấn Văn Cương

NGỘ ĐỘC RƯỢU VÀ CÁCH PHÒNG TRÁNH

Từ lâu, rượu, bia được coi là đồ uống không thể thiếu trong mỗi dịp liên hoan, cưới hỏi,... Nguyên nhân gây ngộ độc rượu là do uống nhiều rượu thường xuyên dễ dẫn đến nghiện rượu. Dần dần cơ thể trở nên dung nạp rượu nên người uống rượu có xu hướng tăng dần số lượng.

Theo các nhà chuyên môn rượu và các đồ uống có cồn khác nếu uống quá nhiều sẽ làm suy yếu hệ thần kinh Trung ương, gây giảm hoạt tính các nơron thần kinh. Khi chất cồn vào cơ thể, nếu vượt quá mức cho phép dù chỉ rất ít cũng sẽ ảnh hưởng lớn tới sức khỏe và gây nên các bệnh lý liên quan đến gan, rối loạn tâm thần - hành vi, thoái hóa hệ thần kinh, nhiễm độc, loét dạ dày - tá tràng, tim mạch... Uống nhiều rượu thực phẩm gây ngộ độc cấp tính hay còn gọi là say rượu và nghiện rượu. Khi bị ngộ độc rượu cấp tính, đầu tiên, người bệnh có dấu hiệu hưng phấn, kích thích, nói nhiều, mất khả năng vận động tự chủ, mất cân bằng, ngồi không vững. Sau đó, khi đã ngấm vào cơ thể, rượu sẽ ức chế trung tâm hô hấp, thần kinh, khiến người bệnh giảm phản xạ cơ, xương, tri giác, mất tri thức, hạ huyết áp, có thể rơi vào hôn mê. Lúc này, nếu không được cấp cứu kịp thời, nguy cơ tử vong sẽ rất cao.

Ở nước ta tồn tại nhiều loại rượu tự nấu, tự pha chế và rượu nhập ngoại, trong đó loại tự nấu, nhất là loại rượu tự pha chế có chất methanol cực kỳ độc hại. Bởi vì methanol tức cồn công nghiệp là loại không được phép sử dụng để uống, chỉ sử dụng trong công nghiệp. Trong rượu bình thường hay còn gọi là rượu bia thực phẩm là loại có chứa chất cồn methanol với hàm lượng cho phép được dùng để pha chế đồ uống giải khát nhưng bản thân methanol cũng là chất có thể gây ngộ độc rượu nếu dùng quá mức cho phép.

Để phòng tránh ngộ độc rượu, chỉ nên mua và sử dụng các loại rượu đóng chai có nguồn gốc, nhãn mác rõ ràng. Tuy nhiên không nên quá lạm dụng rượu bia trong những ngày lễ Tết, nhất là đối với người bệnh mắc các bệnh mạn tính như tim mạch, tiểu đường, huyết áp... Khi xuất hiện những dấu hiệu của việc say rượu, người nhà cần: Tìm cách để người uống nôn hết, sau đó xát mạnh hai bên má sau đó cho uống một cốc sữa nóng, trà đặc. Cởi khuy áo cổ, tháo thắt lưng và đặt nằm nơi thoáng mát (tránh gió lùa), tư thế nằm úp xuống giường, hai tay xuôi ra sau, mặt nghiêng về bên trái. Nếu có biểu hiện co giật, thở không đều, ngã chảy máu tai, mất, loạn nhịp tim phải đưa đến cơ sở y tế gần nhất để được cấp cứu ngay. Triệu chứng ngộ độc thường là ngủ say li bì, không biết gì. Một số gia đình đã quen với cảnh người thân say rượu rồi đi ngủ,

hôm sau vẫn dậy đi làm bình thường. Tuy nhiên, đây là điều nên tránh bởi vì một số trường hợp đã bị hôn mê, nếu hôm sau mới phát hiện và đưa đi viện thì không thể cứu được. Do vậy, người nhà cần chú ý chăm sóc cho người thân bị ngộ độc rượu, tuyệt đối không nên để ngủ li bì suốt ngày hoặc suốt đêm. Sau vài tiếng, người nhà nên gọi bệnh nhân dậy, cho ăn sữa hoặc cháo loãng. Trường hợp người thân không thể dậy và ăn được thì nên đưa tới bệnh viện ngay để tránh xảy ra những tình huống đáng tiếc. Mọi người không nên sẵn lòng những loại thuốc có tác dụng bổ gan để giải độc rượu. Không nên uống thêm vitamin B1, B6, acid folic...để làm giảm đau đầu khi say, bởi sẽ có hại cho gan. Paracetamon, Aspirin và một số loại thuốc giảm đau, hạ sốt khi uống với rượu sẽ kích ứng niêm mạc dạ dày, gây chảy máu đường tiêu hoá. *que*

Trần Nhị - TTYT Đồng Văn

Những điều cần biết về vệ sinh an toàn thực phẩm

Hiện nay, vệ sinh an toàn thực phẩm (VSATTP) là vấn đề đang báo động được toàn xã hội quan tâm, vì nó có tác động trực tiếp thường xuyên đến sức khỏe, thậm chí đến tính mạng của người tiêu dùng, ảnh hưởng đến phát triển kinh tế thương mại, du lịch và an sinh xã hội, về lâu dài còn ảnh hưởng đến phát triển nòi giống dân tộc.

Thực phẩm và sử dụng thực phẩm là nhu cầu thiết yếu của mọi người, mọi nhà, mọi lúc, mọi nơi, mọi thời đại. Đặc biệt mỗi dịp Tết đến, nhu cầu tiêu dùng thực phẩm của người dân tăng lên rất nhiều và đi liền với đó là nỗi lo về an toàn vệ sinh thực phẩm.

Vì vậy để bảo vệ sức khỏe của chính mình, gia đình và xã hội thì người tiêu dùng có thể vận dụng một số nguyên tắc bảo đảm VSATTP như: Thường xuyên tìm hiểu những kiến thức và kỹ thuật chọn các loại thực phẩm có giá trị dinh dưỡng, giá cả phải chăng, bảo đảm vệ sinh an toàn; Chọn các loại rau quả tươi, thịt, cá tươi, trứng tươi, ngũ cốc không bị mốc, chú ý thời hạn sử dụng khi mua các thực phẩm chế biến sẵn hoặc đóng hộp. Sử dụng nước sạch, an toàn để chế biến thức ăn, đồ uống và rửa dụng cụ. Các đồ dùng để nấu nướng và ăn uống phải đảm bảo vệ sinh sạch sẽ, không dùng khăn ẩm mốc để lau khô chén đĩa. Nấu chín kỹ thực phẩm thịt, cá để bị ô nhiễm bởi vi sinh vật gây bệnh và ăn ngay sau khi nấu. Thức ăn nấu chín để quá 4 giờ và nhất là để cách đêm nhất thiết phải đun nấu chín lại. Không để lẫn lộn thực phẩm chín với thực phẩm sống khi bảo quản. Không dùng thớt cho thịt chín chung với thịt sống. Giữ gìn vệ sinh cá nhân người nấu ăn thông qua việc rửa tay kỹ bằng xà phòng và nước sạch khi bắt tay vào chế biến thức ăn. Cắt ngắn móng tay, không dùng tay để bốc và chia thức ăn. Không tham gia chế biến thực phẩm hoặc phục vụ ăn uống khi đang bị đau bụng, tiêu chảy, sốt, nôn ói, nhiễm trùng ngoài da hoặc các bệnh lây truyền khác. Giữ gìn vệ sinh thật tốt nơi ăn uống và chế biến thực phẩm như phải cách xa khu chăn nuôi gia súc, nhà vệ sinh, bãi rác thải, cống rãnh ô nhiễm. Nơi ăn phải sạch sẽ thoáng mát, có bàn ăn cao tránh bụi bẩn, thức ăn sẵn phải có lồng bàn che đậy phòng ruồi nhặng. Phải có đủ nước sạch, có vòi nước, rửa tay trước khi ăn. Ngoài ra, người tiêu dùng cũng nên tìm hiểu để biết cách lựa chọn những thực phẩm tươi mới, một số cách lựa chọn thực phẩm an toàn như:

- Rau, quả: Không mua rau đã héo úa, dập nát hay có mùi lạ, có dấu hiệu bất thường như "quá mập", "quá phồng", "quá xanh đậm". Khi sử dụng, cần nhặt tách riêng từng lá và cọng rau, ngâm ngập trong nước

sạch 15-20 phút để hòa tan thuốc bảo vệ thực vật (nếu có). Sau đó, rửa trôi 2-3 lần trước vùi nước chảy hoặc trong chậu nước đầy. Nếu là quả thì nên gọt bỏ vỏ, loại những quả dập nát.

- Thịt tươi: Chọn thịt có màng ngoài khô, màu sắc đỏ tươi hoặc đỏ sẫm, óng ả, vết cắt có màu sắc bình thường, sáng, khô. Tránh thịt có màu hơi xanh nhạt hoặc hơi thâm, thậm chí đen, không bóng, màng ngoài nhớt. Thịt tươi, ngon phải có độ rắn chắc, đàn hồi cao, lấy ngón tay ấn vào thịt, không để lại vết lõm khi bỏ ngón tay ra và không bị dính.

- Thịt gia cầm: Có màu sắc tự nhiên, từ trắng ngà đến vàng tươi, mắt sáng. Thịt gia cầm hồng có màu vàng thẫm, vàng tím hoặc vàng tối sẫm, mắt vẫn đục. Da kín, lành lặn, không có vết bẩn, vết bầm, mốc meo hoặc vết lạ. Với thịt chế biến sẵn phải thận trọng, chỉ nên mua ở những cơ sở có nguồn gốc rõ ràng, đảm bảo vệ sinh. Không mua thịt bán ở các sạp, rổ để sát đất vì dễ lây vi khuẩn nhiễm độc thịt.

- Thịt thủy sản: có màu sắc tự nhiên, sáng, có độ đàn hồi cao. *Ngoài ra còn có một số loài thủy sản không tươi có độc tố nguy hiểm như: Độc tố Histamin trong cá biển (nhiều nhất trong cá ngừ, cá thu, cá bạc má, cá ngán...). Độc tố Tetrodotoxin trong cá nóc, bạch tuộc và mực đốm xanh nên khi sử dụng phải chọn thủy sản tươi.* Để đảm bảo các nguồn thực phẩm an toàn, chất lượng phục vụ người dân trong đó chú ý đến các tiêu chuẩn chất lượng như nguồn gốc, xuất xứ, nhãn mác, điều kiện sản xuất và quan trọng là vấn đề tự ý và đề cao đạo đức của những người sản xuất, kinh doanh là yếu tố vô cùng quan trọng quyết định đến chất lượng thực phẩm. Nếu mọi người cùng đồng lòng "tẩy chay" các loại thực phẩm kém chất lượng, lựa chọn các thực phẩm tại các cơ sở có uy tín, có nguồn gốc rõ ràng, thực phẩm đã được kiểm định thì sức khỏe của người dân sẽ được đảm bảo, an toàn hơn. *phul*

Trần Nhị - TTYT Đồng Văn