



## मछली और मत्स्य उत्पादों को संभालने के दौरान स्वच्छता की आवश्यकताएं

अधिक जानकारी के लिए कृपया संपर्क करें:  
प्रभारी वैज्ञानिक, भाकृअनुप-केमाप्रौसं का वेअके, गुजरात  
*For further information please contact:  
Scientist-In-Charge, VRC of ICAR-CIFT, Gujarat*

भाकृअनुप-केमाप्रौसं का वेरावल अनुसंधान केंद्र  
मत्स्यभवन, भिडीया प्लॉट, वेरावल, गुजरात - 362269  
2020

**Veraval Research Centre of ICAR-CIFT**  
Matsyabhavan, Bhidia Plot, Veraval, Gujarat-362 269  
2020



### भाकृअनुप – केमाप्रौसं



भाकृअनुप-केन्द्रीय मात्स्यकी प्रौद्योगिकी संस्थान  
भारतीय कृषि अनुसंधान परिषद

2020

अच्छी स्वास्थ्यवर्धक पद्धति यह सुनिश्चित करने के लिए आवश्यक हैं कि मछली के उत्पाद खाने के लिए सुरक्षित हैं। स्वास्थ्यवर्धक की परिकल्पना में स्वास्थ्यवर्धक क्रियाएं सरल हैं जो की व्यक्तिगत मछुआरा और मछली उत्पादों के प्रबंधक लोग अपना सकते हैं। ये सिद्धांत उन दोनों लोग पर लागू होते हैं जो लोग शिकार को संभालते हैं तथा वह लोग जो उपकरण चलते हैं और सतह को देखते हैं जिसके संपर्क में मछली के उत्पाद के आते हैं।

बैक्टीरिया हर जगह गंदे वातावरण की तरह मौजूद हैं। वे हमारे पेट, लार, कान का मैल और नाक के बलगम में मौजूद होते हैं। अगर मछली वातावरणों के संपर्क में आती है, तो वे आसानी से बैक्टीरिया ले लेती हैं और वह मछली को खाने के लिए खतरनाक और जहरीला बना देती हैं। जो कोई भी ऐसी मछली खाता है, उसे जी मचलाना, उल्टी, दस्त, सिर दर्द जैसे रोग हो सकते हैं। इसलिए, मछली को संभालने वाले सभी व्यक्तियों को स्वयं की और मछली की स्वास्थ्यकर पद्धति को ठीक बनाए रखना चाहिए ताकि यह सुनिश्चित किया जा सके कि परोसी गयी मछली उपभोक्ताओं के खाने के लिए सुरक्षित है।



### स्वच्छता और सुरक्षात्मक कपड़े

मछली संभालने वालों को (हैंडलर्स) (मछुवारे, किनारे पर उतरना वाले स्थान पर काम करने वाले लोग, मछली प्रसंस्करक, व्यापारी) को उपयुक्त सुरक्षात्मक कपड़े, सिर को ढकना और जूते पहनना चाहिए।



### बीमार व्यक्ति

मछली संभालने वालों को बीमार होने पर मछली को संभालने की अनुमति नहीं दी जानी चाहिए, खासकर जब वे दस्त, उल्टी और कान, नाक आदि के स्राव से प्रभावित हैं।



मछली संभालने वालों को जलरोधक पट्टी के साथ सभी चोटों, जलन और खरोंच को ढक लेना चाहिए।

### हाथ धोना

मछली संभालने वालों को अपना काम शुरू करने से पहले और निम्नलिखित स्थितियों में भी अपने हाथ धोने चाहिए:

- ❖ शौचालय का उपयोग करने के तुरंत बाद।
- ❖ कुत्ते और बिल्ली जैसे पालतू जानवरों को संभालने के बाद।
- ❖ खांसने या छींकने के बाद।
- ❖ कूड़ा कर्कट / कचरे के डिब्बे को छूने के बाद।

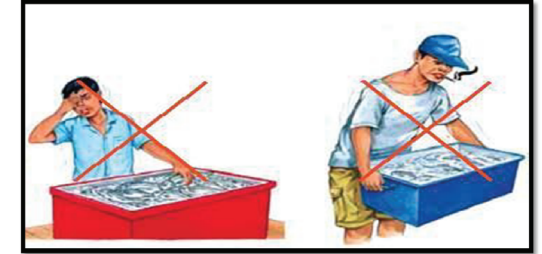


6 चरणों में हाथ धोने के उचित तरीके

### कार्मिक आचरण

मछली संभालने वालों को मछली दूषित होने से बचने के लिए मछली संभालते वक़्त निम्नलिखित गतिविधियों से दूर रहना चाहिए :

- ❖ धूम्रपान।
- ❖ थूकना।
- ❖ चबाना या खाना।
- ❖ उत्पाद पर छींक या खांसी।
- ❖ मछली को संभालते समय खाना / पीना।



### व्यक्तिगत प्रभाव

- ❖ व्यक्तिगत प्रभाव जैसे कि आभूषण, घड़ियाँ, पिन या अन्य वस्तुओं को मछली संभालने वाले क्षेत्रों में पहनकर नहीं जाना चाहिए।
- ❖ मछली संभालने वालों के लंबे नाखून, खरोंच / कटी नाक और मुहांसा आदि नहीं होने चाहिए।



### निष्कर्ष

मछली को किसी भी रासायनिक और जीवाणु (माइक्रोबियल) के खतरों से दूषित होने से बचने के लिए मछली को स्वास्थ्यवर्धक तरीके से संभालना बहुत महत्वपूर्ण है। मछली संभालने वालों को यह महसूस करना चाहिए कि अच्छी स्वास्थ्यकर पद्धति उनकी स्वयं की जिम्मेदारी है तथा यह सुनिश्चित करें कि उन्होंने जो मछली प्रदान की गयी है, वह उपभोग करने के लिए सुरक्षित है।

डॉ. अनुपमा टी. के., श्रीमती वी. रेणुका, डॉ. आशीष कुमार झा.,  
श्री परमानंद प्रभाकर एवं डॉ. टॉम्स सी. जोसफ  
अनुवाद: श्रीमती निम्मी एस. कुमार