

# ការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗលើអាហារដែលអាចមាន គ្រោះថ្នាក់កើតឡើង

កត្តាមួយចំណែកទៅចំពោះការពុលអាហារនៅក្នុងអាជីវកម្មម្ហូបអាហារ គឺការគ្រប់គ្រងសីតុណ្ហភាព មិនបានត្រឹមត្រូវ។ រឿងនេះគឺនៅពេលអាហារត្រូវបានរក្សាទុកអស់រយៈពេលយូរពេកនៅសីតុណ្ហភាព ដែលបាក់តេរីធ្វើឱ្យពុលអាហារបង្កឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់អាចរីកលូតលាស់បាន។ អាហារត្រូវចំណាយពេលទៅជាត្រជាក់តិចៗ (ឬត្រូវកម្ដៅឡើងវិញ) ។ ចំណុចនេះជូនការត្រូវបាន គេមើលរំលងនៅក្នុង អាជីវកម្មម្ហូបអាហារ ហើយនេះហើយគឺជាពេលវេលាដែលបញ្ហានានាកើតឡើង។

ជាការសំខាន់ដែលអាជីវកម្មម្ហូបអាហារត្រូវធ្វើឱ្យប្រាកដថាអាហារចម្អិនហើយដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើត ឡើង (PHF) ត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗស្របតាមស្តង់ដារ 3.2.2, ខចែង 7(3) នៃក្រមស្តង់ដារម្ហូបអាហារ (ក្រម)។

## ស្តង់ដារ 3.2.2, ខចែង 7(3), ក្រមស្តង់ដារម្ហូបអាហារ

នៅពេលធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗលើអាហារចម្អិនហើយ ដែលអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ អាជីវកម្មម្ហូបអាហារត្រូវតែ ធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់តិចៗ៖

- នៅក្នុងរយៈពេលពីរម៉ោង – ពី 60°C ទៅ 21°C, ហើយ
- នៅក្នុងរយៈពេលបួនម៉ោងថែមទៀត – ពី 21°C ទៅ 5°C,

លុះត្រាតែអាជីវកម្មម្ហូបអាហារបង្ហាញថាដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗដែលបានប្រើប្រាស់មិនប៉ះពាល់ដល់ អវិជ្ជមាន លើសុវត្ថិភាពមីក្រូជីវសាស្ត្រនៃម្ហូបអាហារទេ។

## ដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗបានត្រឹមត្រូវ

ការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនៃ PHF ដែលបានចម្អិនឱ្យបានលឿនដែលអាចធ្វើទៅបានដើម្បីទប់ស្កាត់ ការរីកលូតលាស់នៃបាក់តេរីដែលបង្ករោគដល់កម្រិតមិនមានសុវត្ថិភាព។ ពេលវេលាកាន់តែតិចនៃ PHF ដែលបានចម្អិននៅតែស្ថិតនៅសីតុណ្ហភាពចន្លោះ 5°C និង 60°C ក្នុងអំឡុងនៃ ដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ នោះឱកាសកាន់តែតិចនឹងមានសម្រាប់មេរោគកើតចេញពីម្ហូបអាហារកខ្វក់ នឹងរីកលូតលាស់។

វាអាចថាមេរោគកើតចេញពីម្ហូបអាហារកខ្វក់ប្រហែលជាមានវត្តមាននៅក្នុងអាហារឆ្លិនពីលម្អងរុក្ខជាតិដែល បាន រស់រានមានជីវិតពីដំណើរការចម្អិន។ ការចម្អិនអាចដំណើរការលម្អងរុក្ខជាតិដើម្បីក្លាយជា កោសិកាមានជីវិត (រស់) ដែលបន្ទាប់មកលូតលាស់។

ប្រសិនបើ PHF ដែលបានចម្អិនទុកចោលឱ្យត្រជាក់តិចៗយឺតពេក ឧទាហរណ៍នៅសីតុណ្ហភាពនៅក្នុងបន្ទប់ ឬនៅក្នុងបរិមាណច្រើននៅក្នុងបន្ទប់ឱ្យត្រជាក់តិចៗ នោះកោសិកាមានជីវិតអាចរីកលូតលាស់ដល់កម្រិត មានគ្រោះថ្នាក់។ ការកម្ដៅអាហារឡើងវិញអាចមិនកាត់បន្ថយចំនួនបាក់តេរី ហើយអាចមិនបំផ្លាញ ជាតិពុលបាក់តេរីណាមួយ ដែលអាចត្រូវបានផលិត។

## កត្តាប៉ះពាល់ដល់ការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ

នីតិវិធីដែលបានប្រើប្រាស់ដើម្បីធ្វើឱ្យ PHF ត្រជាក់តិចៗ នឹងអាស្រ័យលើ៖

- ទំហំ ឬបរិមាណអាហារដែលនឹងត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ – បរិមាណច្រើននឹងធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗយឺតជាង បរិមាណតិច ហើយការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនឹងលឿនបំផុតនៅលើផ្ទៃនៃអាហារ និងវិវិឌ្ឍយឺតជាងនៅផ្ទៃកណ្តាល របស់វា។ បរិមាណច្រើននៃអាហារអាចមិនធ្វើឱ្យត្រជាក់គ្រប់គ្រាន់ពេញក្នុងរយៈពេល និងសីតុណ្ហភាពដែល បានបញ្ជាក់។ ដូច្នេះវាជាការសំខាន់ដែលត្រូវបំបែកអាហារជាដុំៗទៅជាបរិមាណកាន់តែតូចៗ។
- ដងស៊ីតេនៃម្ហូបអាហារ (មានន័យថា តើអាហារវិង/ រាវប៉ុនណា) – អាហារកាន់តែគ្រាស់ វាកាន់តែយឺតក្នុងការ ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ។
- សមត្ថភាពធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនៃគ្រឿងបរិក្ខារ – គ្រឿងឧបករណ៍ធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់លឿននឹងធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់ តិចៗលឿនខ្លាំងជាងទូទឹកកក និងការដាក់ច្រើនហួសក្នុងទូទឹកកក ឬការដាក់បរិមាណច្រើននៃអាហារក្តៅ ចូលទៅក្នុងទូទឹកកកនឹងកាត់បន្ថយសមត្ថភាពធ្វើឱ្យត្រជាក់ជាង។

**ដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ**



ចំណាំ៖ រយៈពេលធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗសរុប 6 ម៉ោងប៉ុណ្ណោះ អនុវត្តនៅពេលសីតុណ្ហភាពនៃអាហារចម្អិនហើយ ដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតឡើងបានធ្លាក់ដល់ 60°C ក្រោយការចម្អិន។

រយៈពេលធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗអាចត្រូវបានកាត់បន្ថយតាមរយៈ៖

- ការចម្អិន និងការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនៃបរិមាណ ឬបំណែកកាន់តែតូច ដោយដាក់អាហារចូលទៅក្នុង ប្រអប់ដាក់អាហារជំរាក់ទាបដើម្បីធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ (ឧទាហរណ៍ ជម្រៅ 5 cm)
- ប្រើគ្រឿងបរិក្ខារធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗលឿន (ឧទាហរណ៍ គ្រឿងឧបករណ៍ធ្វើឱ្យអាហារត្រជាក់លឿន)
- គូរអាហាររាវឱ្យបានញឹកញាប់ (ធានាថាគ្រឿងប្រដាប់គូរត្រូវបានសម្អាត និងធ្វើអនាម័យឱ្យស្អាត)
- ដោយប្រើទឹក ឬត្រាំទឹកចេញពីទឹកកក
- អនុញ្ញាតឱ្យខ្យល់ត្រជាក់ចូលវិលវល់នៅជុំវិញប្រអប់ដាក់អាហារដែលនឹងត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ – PHF គួរត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនៅលើផ្ទៃ និងមិនមែននៅលើកម្រាលជាន់ទេនៃបន្ទប់ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗទេ
- បន្ថែមទឹកកកជាគ្រឿងផ្សំ។

## ការតាមដាននៃដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ

ជាការសំខាន់ដែលសិក្សាភាពនៃអាហារត្រូវបានតាមដានក្នុងអំឡុងពេលនៃការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ ដើម្បីធានាថា នីតិវិធីដែលបានប្រើប្រាស់មានប្រសិទ្ធភាព។ សិក្សាភាពអាហារត្រូវបានត្រួតពិនិត្យ ដោយប្រើទ្រព្យម៉ែត្រដែលស្អាត ដែលបានធ្វើអនាម័យឱ្យស្អាតនៅក្នុង ផ្នែកនៃអាហារដែលនឹងចំណាយ ពេលយូរបំផុតដើម្បីធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ ដែលជាធម្មតានៅផ្នែកកណ្តាល។ ជាការអនុវត្តក្នុង ការកត់ត្រាទាំងសិក្សាភាព និងម៉ោងដែលសិក្សាភាពត្រូវបានត្រួតពិនិត្យ ដើម្បីធានាថា ដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗបំពេញទៅតាមលក្ខខណ្ឌតម្រូវសុវត្ថិភាពម្ហូបអាហារ។

## ដំណើរការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗផ្សេងជំនួសវិញ

ការចំណាយពេលវេលាយូរដើម្បីធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ អាចជាការចាំបាច់នៅពេលសាច់ដុំនិមួយៗ ឬផលិតផលដទៃទៀត ដែលមានបរិមាណច្រើនត្រូវការ ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ។ បរិមាណអាហារច្រើននឹងមិនធ្វើឱ្យត្រជាក់ដល់ក្រោម 5°C នៅក្នុងរយៈពេល 6 ម៉ោងនៃលក្ខខណ្ឌតម្រូវទេ លុះត្រាតែដុំ និងបរិមាណអាហារអាចត្រូវបានកាត់បន្ថយ។ ប្រសិនបើដើម្បីមិនអាចធ្វើបានទេ អាជីវកម្មម្ហូបអាហារនឹងត្រូវការបង្ហាញនូវដំណើរការ ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ ផ្សេងជំនួសវិញ ដែលមិនប៉ះពាល់ជាអវិជ្ជមានលើសុវត្ថិភាពមីក្រូជីវសាស្ត្រនៃម្ហូបអាហារ។

## ឧទាហរណ៍នៃការធ្វើឱ្យម្ហូបអាហារត្រជាក់តិចៗមានសុវត្ថិភាព

### ឧទាហរណ៍ 1 – អង្ករ

ការអនុវត្តជាធម្មតារបស់គោជនីយ៍ដ្ឋាន គឺនឹងចម្លឹក 12 ពែងអង្ករ (បរិមាណសមត្ថភាពនៃឆ្នាំងដាំបាយ) ប្រចាំថ្ងៃ និងធ្វើឱ្យបាយត្រជាក់តិចៗនៅក្នុងប្រអប់អាហារនៅក្នុងបន្ទប់ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗនៅលើពេលយប់ សម្រាប់ប្រើប្រាស់នៅថ្ងៃបន្ទាប់។ ទោះបីយ៉ាងណាក៏ដោយ នៅពេលពិនិត្យសិក្សាភាពនៅផ្នែកកណ្តាល នៃបាយ ដែលបានចម្អិន នៅពេលវ៉ាក់ពុង ធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ វាត្រូវបានរកឃើញថាបាយជាក់ស្តែង មិនត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗដល់ 21°C ទេ នៅក្នុង 2 ម៉ោងដំបូង ហើយបន្ទាប់មកទៅ 5°C លើ 4 ម៉ោងបន្ទាប់ ដូចដែលបានត្រូវការ។

អាជីវកម្មម្ហូបអាហារត្រូវការដំណើរការវិធីសាស្ត្រធ្វើឱ្យត្រជាក់កាន់តែលឿន ដើម្បីធានាថាបាយមានសុវត្ថិភាព ដើម្បីបរិភោគ។ សេចក្តីសម្រេចមួយត្រូវបានធ្វើដើម្បីបែងចែកបាយដែលបានចម្អិនជាពាក់កណ្តាល និង ពង្រាយវាជាពីរផ្នែកដាច់ពីគ្នាលើថាសរាក់ទាបសម្រាប់ការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗដើម្បីធ្វើឱ្យបាយនោះ អាចត្រូវបានធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗបានត្រឹមត្រូវនៅទូទាំងក្នុងរយៈពេល 6 ម៉ោងនៃលក្ខខណ្ឌតម្រូវ ក្នុងការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗ។ អាជីវកម្មចងក្រងជាឯកសារនូវដំណើរការនេះនៅក្នុងនីតិវិធីប្រតិបត្តិការរបស់ខ្លួន ព្រមទាំងប្រើប្រាស់ឱ្យ ស៊ុសដាក់គ្នានូវវិធីសាស្ត្រធ្វើឱ្យបាយត្រជាក់តិចៗនេះ។

### ឧទាហរណ៍ 2 – ទឹកចម្អិនសាច់

អាជីវកម្មម្ហូបអាហារត្រូវរៀបចំបាច់ជាច្រើននៃទឹកចម្អិនសាច់នៅពេលព្រឹក ដើម្បីប្រើប្រាស់ ពេលក្រោយមកទៅក្នុងថ្ងៃនោះ។ ខ្លះនៃទឹកចម្អិនសាច់ត្រូវបានដាក់នៅក្នុងការគ្របកប់ដោយទឹកកក ហើយបន្ទាប់មកបានក្លាយជាប្រចាំ សិក្សាភាពត្រូវបានពិនិត្យជាច្រើនដងនៅពីរបីម៉ោងបន្ទាប់ ដើម្បីធានាថាការធ្វើឱ្យត្រជាក់តិចៗស្ថិតនៅក្នុងរយៈពេលដែលត្រូវការ។

## ព័ត៌មានបន្ថែម

- ចូលមើលគេហទំព័ររបស់អាជ្ញាធរទទួលបន្ទុកខាងម្ហូបអាហារនៅឯ [www.foodauthority.nsw.gov.au](http://www.foodauthority.nsw.gov.au)
  - គោលការណ៍ណែនាំ៖ អាហារដែលអាចមានគ្រោះថ្នាក់កើតឡើង
- អ៊ីមែលទៅ [food.contact@dpi.nsw.gov.au](mailto:food.contact@dpi.nsw.gov.au)
- ទូរសព្ទទៅខ្សែទូរសព្ទជំនួយតាមលេខ 1300 552 406

- សូមយោងទៅ អាជ្ញាធរម្ហូបអាហារមានសុវត្ថិភាពអូស្ត្រាលី (Safe Food Australia) – ការណែនាំចំពោះស្តង់ដារ សុវត្ថិភាព ម្ហូបអាហារនៅលើគេហទំព័រ FSANZ នៅឯ [www.foodstandards.gov.au](http://www.foodstandards.gov.au)

---

© រដ្ឋញូវសាយែល តាមរយៈក្រសួងទទួលបន្ទុកជនបទនៃរដ្ឋញូវសាយែល (State of New South Wales through Regional NSW) [ឆ្នាំ 2023] ។ ព័ត៌មានដែលមាននៅក្នុងការបោះផ្សាយនេះគឺផ្អែកលើចំណេះដឹង និងការយល់ដឹងតិចតួចមួយចំនួននៃការសរសេរ [ខែឧសភា ឆ្នាំ 2023]។ ទោះបីយ៉ាងណាក៏ដោយ ដោយសារការជឿនលឿនផ្នែកចំណេះដឹង អ្នកប្រើប្រាស់ត្រូវបានរដ្ឋឱ្យដឹងអំពីសេចក្តីត្រូវការដើម្បីធានាថាព័ត៌មានដែលពួកគេ ពឹងផ្អែកលើគឺថ្មី និងបញ្ជាក់បច្ចុប្បន្នភាព នៃព័ត៌មាននោះជាមួយមន្ត្រីសមស្របរបស់ Regional NSW ឬទីប្រឹក្សាឯករាជ្យរបស់អ្នកប្រើប្រាស់។