

Det
**gode
yrkesliv**
i restaurant- og
matfagbransjen



Om allergiforebygging

Unngå å puste inn støv!

Melallergi er et problem i bakerier, og det er viktig at bakere unngår å puste inn melet.

Lukkede systemer, som på bildet, er veldig bra for å unngå dette.

Er støvnivået høyt og systemene åpne, kan man bruke en støvmaske.



Four large, thick, black L-shaped corner brackets are positioned at the corners of the text area, framing the content. Two are at the top (top-left and top-right) and two are at the bottom (bottom-left and bottom-right).

Unngå å puste inn damp!

Visse typer mat som for eksempel fisk og skalldyr kan inneholde stoffer som kan gi allergi. Når slik mat kokes kan dampen inneholde allergifremkallende stoffer. Det er viktig å ha god ventilasjon og avtrekk på kjøkkenet så du ikke puster inn disse stoffene. Husk å slå på vifter og ventilasjon når du jobber!





Unngå håndeksem!

Dersom du jobber mye med hendene i vann, og vasker deg ofte, kan du lett få håndeksem. Håndeksem er plagsomt, og gjør arbeid med mat vanskelig. Derfor er det viktig å tørke hendene godt etter vask og å bruke håndkrem regelmessig for å styrke huden. Hansker kan også brukes for å beskytte hendene.





Tørk hendene godt!

En som arbeider med mat vil av mange grunner vaske hendene ofte. For å unngå økt risiko for eksem, bør du tørke hendene nøye etter vask, og være nøye med områdene mellom fingrene. Dersom fuktighet blir liggende her, kan det irritere huden og skade denne.





Bruk riktig hanske!

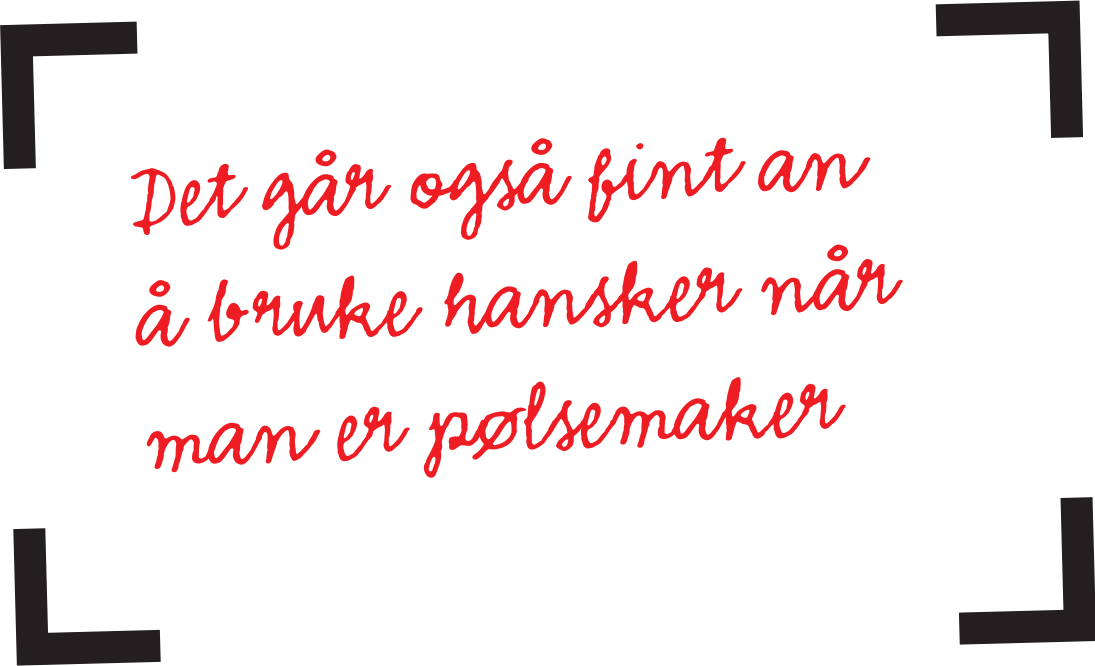
Det finnes forskjellige typer hansker. Det er viktig å velge de rette. Disse tre typene kan brukes når du arbeider med mat. Fra venstre: vinylhanske, polyetylenhanske og nitrilhanske.





Det går fint an å pille
reker med hansker!





Det går også fint an
å bruke hansker når
man er pølsemaker



Brosjyren er utarbeidet av Kristin Bondevik og Bente E. Moen

Forskningsgruppe for arbeids-og miljømedisin, Universitetet i Bergen og UniResearch.

Prosjektet er støttet av ExtraStiftelsen Helse og Rehabilitering gjennom Astma- og Allergiforbundet

