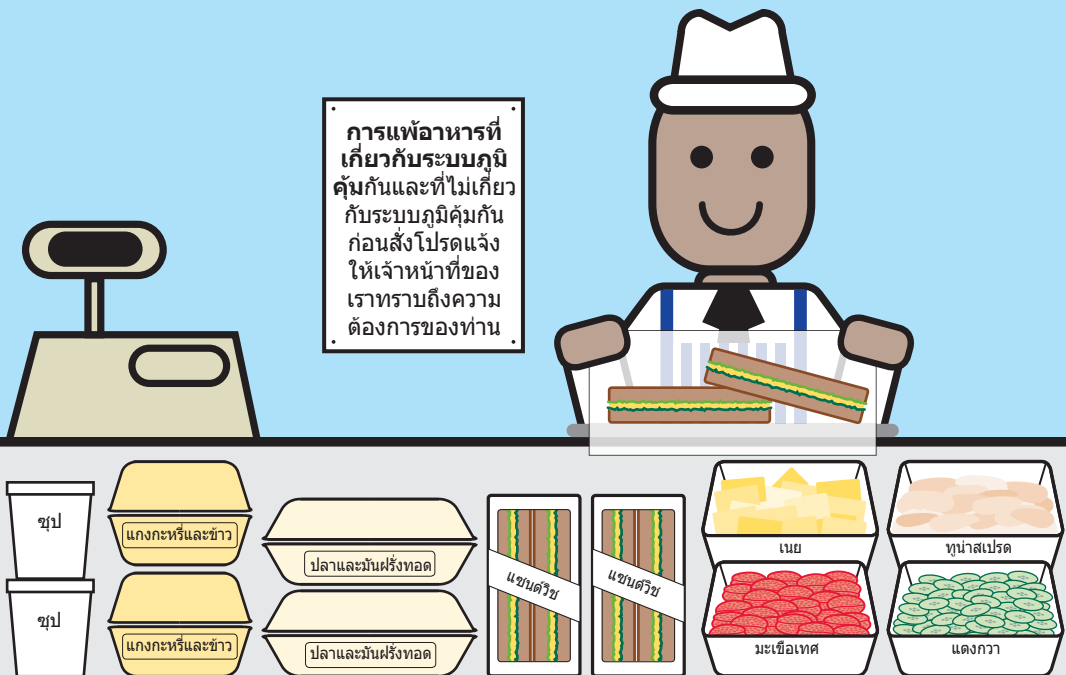


ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้สำหรับ อาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ

คำแนะนำเกี่ยวกับกฎระเบียบใหม่ว่าด้วยข้อมูลอาหารสำหรับผู้ประกอบการอาหารขนาดเล็กและขนาดกลาง



สารบัญ

คำนำ	1
กฎข้อบังคับใหม่สำหรับอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ	3
อาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ 14 ชนิด	5
วิธีการให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้	9
การรับมือกับกรณีการเกิดปฏิกิริยาภูมิแพ้ที่รุนแรง	13
การจัดการกับข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้: รายการตรวจสอบ ที่รวดเร็วของท่าน	14
ข้อมูลเพิ่มเติม	16

คำนำ

มีการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญๆ เกี่ยวกับข้อมูลที่ผู้ประกอบการอาหารจะต้องให้แก่ลูกค้า

กฎระเบียบการให้ข้อมูลอาหารแก่ผู้บริโภคของสหภาพยุโรป (EU FIC) มีผลบังคับใช้เมื่อวันที่ 13 ธันวาคม พ.ศ. 2557 และได้มีการนำกฎข้อบังคับของสหภาพยุโรปนี้มาบังคับใช้ในสหราชอาณาจักรภายใต้กฎระเบียบว่าด้วยข้อมูลอาหาร ปี พ.ศ. 2557 (FIR)

ท่านและพนักงานของท่านจะต้องเปลี่ยนแปลงวิธีการให้ข้อมูลแก่ลูกค้าตามกฎระเบียบว่าด้วยข้อมูลอาหาร (FIR) ท่านสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับกฎระเบียบว่าด้วยข้อมูลอาหาร (FIR) ได้ดังนี้:

<http://food.gov.uk/science/allergy-intolerance/label/>

เอกสารนี้จัดทำขึ้นสำหรับผู้ใด

เอกสารนี้จัดทำขึ้นสำหรับทุกท่านที่ประกอบการดังต่อไปนี้:

- ให้บริการอาหารในร้านอาหารหรือภัตตาคาร
- จำหน่ายอาหารที่ท่านห่อบรรจุเอง เช่น ขนมปังม้วน แชนดริช ขนมเค้ก ผลิตภัณฑ์อาหารแปลกพิเศษที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ หรืออาหารอื่นๆ ที่ไม่อยู่ในบรรจุภัณฑ์

- ให้บริการอาหารในสถาบันต่างๆ เช่น โรงเรียน โรงพยาบาล และศูนย์ดูแลผู้ป่วยและผู้สูงอายุ

ในช่วงการเตรียมอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ ท่านอาจจะใช้อาหารบรรจุเสร็จเป็นส่วนผสมในสูตรอาหารของท่าน ชื่อของส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้จะได้รับการเน้นให้เห็นชัดในรายการส่วนผสมของอาหารบรรจุเสร็จและโปรดจำไว้ว่าผลิตภัณฑ์บางชนิด (เช่น อาหารกระป๋องหรืออาหารแห้ง) มีอายุการเก็บรักษานาน จึงเป็นไปได้ที่ท่านอาจเห็นว่ามีการใช้หลากหลายอาหารทั้งสองแบบกับผลิตภัณฑ์บรรจุเสร็จเหล่านี้เป็นเวลาสองปีหลังเดือนธันวาคม พ.ศ. 2557

หากท่านต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอาหารบรรจุเสร็จ และอยากทราบว่า จะมองหาส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้ที่มีในอาหารบรรจุเสร็จได้อย่างไร โปรดดูข้อมูลในเอกสารแผ่นพับเกี่ยวกับอาหารบรรจุเสร็จว่าด้วย 'ภูมิแพ้: สิ่งที่ต้องพิจารณาในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร' ซึ่งท่านสามารถหาได้ดังนี้:

<http://www.food.gov.uk/multimedia/pdfs/publication/allergy-labelling-prepacked.pdf>

ทำไมการแพ้อาหารจึงเป็นเรื่องที่สำคัญ

ปฏิกิริยาภูมิแพ้อาจทำให้ผู้ที่แพ้อาหารมีอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง และบางครั้งอาจรุนแรงถึงขั้นทำให้เสียชีวิตได้ อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีวิธีการใดที่จะรักษาโรคภูมิแพ้อาหารได้อย่างแท้จริง การป้องกันไม่ให้เจ็บป่วยจากการแพ้อาหารมีอยู่ทางเดียวเท่านั้น คือ ต้องพยายามหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่ตนเองแพ้

หากท่านทำงานกับอาหาร ท่านต้องคำนึงถึงอันตรายจากการแพ้อาหารอย่างจริงจัง ภายใต้กฎระเบียบใหม่ว่าด้วยข้อมูลอาหาร (FIR) ท่านมีความรับผิดชอบตามกฎหมายที่จะต้องให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่ลูกค้าของท่านเกี่ยวกับส่วนผสมที่มีสารก่อภูมิแพ้ที่ใช้เป็นส่วนประกอบของอาหารที่ท่านผลิตหรือให้บริการ



ข้อสำคัญ

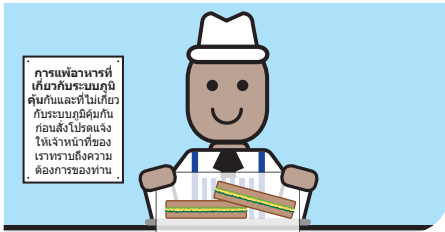
คำนิยามของ 'อาหารที่ไม่อยู่ในสถานะบรรจุ'

อาหารบรรจุเสร็จ หมายถึงอาหารใดก็ตามที่ใส่ไว้ในภาชนะหุ้มห่อก่อนวางจำหน่าย และเป็นไปตามคำอธิบายทุกข้อต่อไปนี้:

- เป็นอาหารที่มีภาชนะหุ้มห่อปิดไว้ทั้งหมดหรือเพียงบางส่วน
- ไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่เปิดหรือเปลี่ยนบรรจุภัณฑ์
- เป็นผลิตภัณฑ์อาหารที่พร้อมสำหรับจำหน่ายให้แก่บุคคลทั่วไปหรือแก่สถานจัดเลี้ยงอาหาร สำหรับอาหารที่ไม่อยู่ในสถานะบรรจุหรืออาหารที่ไม่มีภาชนะหุ้มห่อจะหมายถึงอาหารอื่นๆ ทั้งหมด ทั้งนี้ รวมถึงอาหารที่มีการห่อบรรจุ ณ สถานที่จำหน่ายที่เดียวกัน เช่น ในร้านขายแซนวิช ร้านขายขนมปัง หรือเคาน์เตอร์จำหน่ายอาหารแปลกพิเศษ เป็นต้น

โปรดทราบ: เพื่อจุดประสงค์ของเอกสารแผ่นพับนี้ คำว่า 'อาหารที่ไม่อยู่ในสถานะบรรจุ' ที่เราใช้ในที่นี้จะหมายถึงอาหารทุกชนิดที่จำหน่าย ซึ่งไม่ใช่อาหารบรรจุเสร็จ ทั้งนี้ รวมถึงอาหารที่ไม่อยู่ในบรรจุภัณฑ์ หรืออาหารที่จัดใส่ในสถานะบรรจุ ณ สถานที่จำหน่าย (บรรจุเสร็จสำหรับขายโดยตรงต่อผู้บริโภค)

กฎข้อบังคับใหม่สำหรับอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ



กฎหมายของสหภาพยุโรปได้กำหนดรายชื่ออาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ 14 ชนิด ที่จำเป็นต้องระบุให้ชัดเจนหากจะใช้เป็นส่วนผสมในอาหาร ซึ่งหมายถึงว่าผู้ประกอบการอาหารทุกรายจะต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้ที่ใช้ในอาหารที่ตนเองจำหน่ายหรือจัดหา

นอกจากนี้ยังมีข้อกำหนดใหม่ๆ สำหรับธุรกิจการจัดหาอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุ เช่น อาหารที่ให้บริการที่เคาน์เตอร์ในซูเปอร์มาร์เก็ต ร้านขายอาหารแปลกพิเศษ ร้านอาหาร และร้านอาหารแบบซื้อกลับบ้าน

ผู้ประกอบการที่ให้บริการอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุจะต้องให้ข้อมูลอาหารทุกรายการในเมนูของท่านที่มีส่วนผสมเป็นอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ 14 ชนิด

วิธีการให้ข้อมูลประเภทนี้

รายละเอียดเกี่ยวกับอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้จะต้องจัดทำเป็นรายการไว้อย่างชัดเจนและแสดงไว้ในที่ที่เห็นได้ชัด เช่น:

- บนเมนูอาหาร
- บนกระดาน
- ในชุดข้อมูล

หากไม่มีการให้ข้อมูลนี้แก่ผู้บริโภคโดยตรง ท่านต้องชี้แนะว่าจะหาข้อมูลนี้ในรูปแบบที่เป็นตัวหนังสือ หรือการพูดชี้แจงได้จากที่ไหน

เมนูอาหาร

แซนด์วิชไส้ไข่

ส่วนผสม:

ไข่ ข้าวสาลี ถั่วเหลืองและนม

สลัดปลาทูน่า

ส่วนผสม:

ปลา ชันฉ่าย และมันฝรั่ง

คุสคูสไก่

ส่วนผสม:

ข้าวสาลีและชันฉ่าย

หากมีการให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ด้วยการพูดชี้แจง ต้องมีวิธีการที่จะให้:

- ข้อมูลนี้ได้รับการตรวจสอบโดยบุคคลอื่นๆ (สามารถตรวจสอบได้)
- ข้อมูลนี้ได้รับการยืนยันว่าเป็นข้อมูลที่ถูกต้อง
- มีการให้ข้อมูลเดียวกันนี้ทุกครั้ง (ข้อมูลตรงกัน)

ท่านสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับเรื่องนี้ได้ในหัวข้อ **วิธีการให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้** ที่หน้า 9

วิธีการขายอาหารแบบอื่นๆ

สำหรับการซื้อขายอาหารแบบทางไกล เช่น โดยการโทรศัพท์สั่งอาหารแบบซื้อกลับบ้าน ผู้ประกอบการจะต้องให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ ดังนี้:

- ให้ข้อมูลก่อนลูกค้าซื้ออาหารเสร็จแล้ว (อาจเขียนเป็นตัวหนังสือ หรือพูดชี้แจง)
- ให้ข้อมูลเมื่อนำอาหารไปส่งให้แก่ลูกค้า (อาจเขียนเป็นตัวหนังสือ หรือพูดชี้แจง)

ข้อสำคัญ

จะอ้างความไม่รู้มาเป็นข้อแก้ตัวไม่ได้

การเปลี่ยนแปลงกฎระเบียบใหม่จะทำให้ท่านไม่สามารถพูดได้อีกต่อไปว่า ท่านไม่รู้ว่าอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ะไรบ้างอยู่ในอาหารที่ท่านให้บริการ และการพูดว่าอาหารทั้งหมดที่ท่านให้บริการอาจมีสารก่อภูมิแพ้อยู่ด้วยก็ได้ นั้นเป็นสิ่งที่ท่านจะพูดไม่ได้อีกแล้ว

ท่านจะต้องรู้ว่ามียะไรอยู่ในอาหารที่ท่านจัดหาให้แก่ผู้บริโภค



อาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ 14 ชนิด

อาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้หลักๆ มีอยู่ 14 ชนิด ที่จำเป็นต้องแสดงเมื่อใช้เป็นส่วนผสม รายการต่อไปนี้จะบอกให้ท่านทราบว่าอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้มีอะไรบ้าง และจะมีตัวอย่างอาหารที่อาจพบสารก่อภูมิแพ้เหล่านี้ด้วย

ผักขึ้นฉ่าย



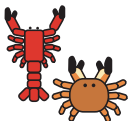
รวมถึง ลำต้น ใบ และเมล็ดขึ้นฉ่าย และหัวขึ้นฉ่ายฝรั่ง มักจะพบในเกล็ดผสมขึ้นฉ่าย สลัด ผลิตภัณฑ์เนื้อบางชนิด ชุป และเครื่องปรุงรสปูแบบก้อน

ธัญพืชที่มีส่วนประกอบของกลูเตน



ซึ่งได้แก่ ข้าวสาลี (เช่น สเปลท์ และข้าวสาลีโครซาน/คามูท) ข้าวไรย์ ข้าวบาร์เลย์ และข้าวโอ๊ต มักจะพบในอาหารที่มีแป้งเป็นส่วนผสม เช่น ผงฟูบางชนิด แป้งชุบทอด เกล็ดขนมปัง ขนมปัง ขนมเค้ก คุกกี้ ผลิตภัณฑ์เนื้อ พาสต้า แป้งพาย ชอส ชุป และอาหารอื่นๆ ที่มีการโรยแป้ง
ธัญพืชเป็นอาหารที่จะต้องแสดง แต่ขึ้นอยู่กับตัวท่านว่าท่านต้องการที่จะแสดงกลูเตนที่มีอยู่ในธัญพืชหรือไม่

สัตว์น้ำที่มีเปลือกแข็ง



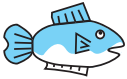
ซึ่งได้แก่ ปู ล็อบสเตอร์ กุ้ง และกุ้งสแควมปี มักจะพบในกะปิที่ใช้ในแกงอาหารไทย หรือสลัดไทย

ไข่



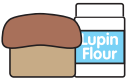
มักจะพบในขนมเค้ก ผลิตภัณฑ์เนื้อบางชนิด มายองเนส มูส พาสต้า คีซ ชอส และอาหารที่ทาหรือเคลือบด้วยไข่

ปลา



มักจะพบในน้ำปลาบางชนิด พืชข้า เครื่องปรุงรส น้ำปรุงสลัด เครื่องปรุงชุบแบบก้อน และในซอสวุสเตอร์

ลูพิน



รวมถึงเมล็ดลูพิน และแป้งลูพิน และสามารถพบได้ในขนมปังบางชนิด รวมทั้งแป้งพาย และพาสต้า

นม



พบในเนย เนยแข็ง ครีม นมผง และโยเกิร์ต มักจะใช้ในอาหารที่เคลือบด้วยนม ผงชุบ และซอสต่างๆ

สัตว์จำพวกหอยซึ่งได้แก่ หอยแมลงภู่ หอยทาก ปลาหมึก และหอยเทพรส มักจะพบในซอสหอยนางรม หรือใช้เป็นส่วนผสมในสตูว์ปลา



มัสตาร์ด



รวมถึงมัสตาร์ดเหลว ผงมัสตาร์ด และเมล็ดมัสตาร์ด มักจะพบในขนมปัง แองกะหรี ผงหมัก ผลิตภัณฑ์เนื้อ น้ำปรุงสลัด ซอส และชุบ

ถั่วที่มีเปลือกแข็ง



ซึ่งได้แก่ อัลมอนต์ เฮเซลนัท วอลนัท เม็ดมะม่วงหิมพานต์ ถั่วพีแคน ถั่วบราซิล ถั่วพิสตาชิโอ ถั่วแมคคาเดเมีย หรือถั่วควินส์แลนด์ ถั่วเหล่านี้สามารถพบได้ในขนมปัง บิสกิต แครกเกอร์ ขนมหวาน ไอศกรีม มาร์ชแพน (อัลมอนต์บดละเอียด) น้ำมันถั่วและซอส อัลมอนต์ป่น อัลมอนต์บด หรือเกล็ดอัลมอนต์ มักจะใช้ในอาหารเอเชีย เช่น แองกะหรี หรืออาหารผัดต่างๆ

ถั่วลิสง



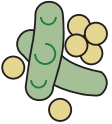
สามารถพบได้ในบิสกิต ขนมเค้ก แองกะหรี ขนมหวาน และซอสต่างๆ เช่น น้ำจิ้มสะเต๊ะ และยังพบในน้ำมันถั่วลิสง และแป้งถั่วลิสงด้วย

เมล็ดงา



สามารถพบได้ในขนมปัง ขนมปังแท่ง สตูมูส น้ำมันงา และทาฮินี (งาบดเป็นครีมข้น)

ถั่วเหลือง



สามารถพบได้ในเต้าหู้ ถั่วแระญี่ปุ่น เต้าเจี้ยวญี่ปุ่นบด โปรตีนเกษตรหรือเนื้อเทียม แป้งถั่วเหลือง หรือเต้าหู้ มักจะใช้ในขนมหวานบางชนิด รวมทั้งไอศกรีม ผลิตภัณฑ์เนื้อ ชอสต่างๆ และผลิตภัณฑ์อาหารมังสวิรัต

ซัลเฟอร์ไดออกไซด์



มักจะเป็นสารกันบูดหรือวัตถุกันเสียในผลไม้แห้ง ผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ น้ำอัดลม และผักต่างๆ รวมทั้งในไวน์ และเบียร์

การบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับส่วนผสมของอาหาร

ขณะเตรียมอาหาร ควรนึกถึงส่วนผสมที่ท่านจะใช้ในสูตรอาหารของท่าน และจดบันทึกส่วนผสมต่างๆ ที่จะใช้ในอาหารแต่ละอย่างไว้โดยละเอียดถี่ถ้วน

หากท่านจะใช้อาหารบรรจุเสร็จเป็นส่วนผสมในสูตรอาหารของท่าน หรือทำเป็นอาหารหนึ่งมื้อ โปรดจำไว้ว่า ผลิตภัณฑ์อาหารบางชนิดมีอายุการเก็บรักษานาน ท่านอาจจะเห็นว่ามีการใช้ฉลากอาหารทั้งสองแบบ (เก่าและใหม่) กับผลิตภัณฑ์บรรจุเสร็จเหล่านี้เป็นเวลาสองสามปีหลังเดือนธันวาคม พ.ศ. 2557 โปรดอย่าลืมอ่านฉลากอาหารทุกครั้ง

เพื่อช่วยระบุสูตรอาหารที่มีส่วนผสมเป็นอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ ท่านควรทำดังนี้:

- ดูแลให้แน่ใจว่าพนักงานห้องครัวของท่านใช้สูตรอาหารเดียวกันทุกครั้ง
- เก็บสำเนาข้อมูลรายการส่วนผสมบนฉลากอาหารบรรจุเสร็จไว้ เช่น รายการส่วนผสมของซอส ชนมหวาน ฯลฯ
- เก็บข้อมูลรายการส่วนผสมต่างๆ ไว้ในภาชนะอันเดิม ถ้าทำได้ หรือเก็บสำเนาข้อมูลบนฉลากอาหารไว้ที่แหล่งกลาง (อาจเป็นในรูปเอกสาร หรือบันทึกไว้ในระบบอิเล็กทรอนิกส์)

- ตรวจสอบดูแลให้มีการติดฉลากบนภาชนะบรรจุไว้อย่างชัดเจน สำหรับส่วนผสมต่างๆ ที่มีการส่งมอบในปริมาณมาก แล้วนำมาแบ่งบรรจุหรือเก็บไว้ในภาชนะเล็ก
- ตรวจสอบดูแลให้พนักงานทราบว่ามีการเก็บข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ไว้ที่ไหน และเก็บไว้อย่างไร
- ดูแลให้แน่ใจว่าข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ได้รับการแก้ไขให้เป็นข้อมูลที่ถูกต้องล่าสุดอยู่เสมอ (ตัวอย่างเช่น เมื่อมีการเปลี่ยนแปลงสูตรอาหาร หรือใช้ผลิตภัณฑ์อื่นแทน)
- ตรวจสอบสินค้าอาหารที่มีผู้นำมาส่งมอบเสมอ เพื่อให้แน่ใจว่าสินค้าที่ส่งมอบตรงกับที่สั่งซื้อไว้ และดูแลให้แน่ใจว่ามีการให้ข้อมูลบนฉลากอาหารที่ส่งมอบ หรือได้รับข้อมูลนี้เมื่อรับมอบสินค้า
- ดูแลให้บันทึกข้อมูลเหล่านี้ได้รับการแก้ไขให้เป็นข้อมูลที่ถูกต้องล่าสุดอยู่เสมอ เพื่อช่วยในการตรวจสอบย้อนกลับไปที่แหล่งข้อมูลของท่าน
- ตรวจสอบว่าอาหารที่ส่งมอบเป็นอาหารยี่ห้อเดิมที่ปกติเคยใช้อยู่ เนื่องจากอาหารยี่ห้ออื่นที่ต่างจากเดิมอาจมีส่วนผสมที่ไม่เหมือนกัน

วิธีการให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้

การให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ แก่ลูกค้าของท่านสามารถทำได้หลายวิธี ท่านจะต้องเลือกริธีการที่ดีที่สุดสำหรับธุรกิจและประเภทของอาหารที่ท่านให้บริการ

อบรมและให้ความรู้แก่พนักงานของท่านอยู่เสมอ

ผู้ประกอบการควรดูแลให้แน่ใจว่าอย่างน้อยพนักงานทุกคนจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติและนโยบายต่างๆ ของผู้ประกอบการในส่วนที่เกี่ยวกับการจัดการกับคำร้องขอข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ พนักงานทุกคนควรได้รับการอบรมตั้งแต่วันแรกที่เริ่มงานว่าควรจะจัดการ

กับคำร้องขอข้อมูลเกี่ยวกับการแพ้อาหารอย่างไร

ในฐานะผู้ประกอบการอาหาร ท่านมีความรับผิดชอบที่จะต้องรู้ว่ามีส่วนผสมใดบ้างในอาหารต่างๆ ที่ท่านจำหน่าย ซึ่งเป็นส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้อาหาร ในกรณีที่ท่านมีกลุ่มอาหาร เช่น ธัญพืชที่มีส่วนผสมของกลูเตนและถั่วต่างๆ ท่านจะต้องระบุให้ชัดเจนว่ามีอะไรบ้าง เช่น ข้าวสาลี และถั่วอัลมอนด์ เป็นต้น

ดูแลให้แน่ใจว่าพนักงานสามารถเข้าถึงข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ได้ทุกคน และหมั่นแก้ไขข้อมูลนี้ให้เป็นข้อมูลที่ถูกต้องล่าสุดอยู่เสมอ หาก



ท่านใช้ส่วนผสมที่เป็นอาหารสำเร็จ
บางส่วน ท่านควรตรวจสอบให้แน่ใจว่า
มีอะไรอยู่ในนั้นบ้าง และติดฉลาก
รายการส่วนผสมไว้ให้ชัดเจน ขณะ
จัดการหรือเตรียมอาหาร ควรคำนึงถึง
ความเสี่ยงที่อาจมีขึ้นจากการปนเปื้อน
ข้ามของสารก่อภูมิแพ้ด้วย

การชี้แนะเกี่ยวกับข้อมูลอาหาร ที่มีสารก่อภูมิแพ้

หากไม่มีเอกสารข้อมูลที่จะให้แก่ผู้
บริโภคโดยตรง ท่านจะต้องแนะนำ
ให้ลูกค้าทราบว่าจะหาข้อมูลนี้ได้จาก
ที่ไหน

ป้ายข้อมูลของท่านควรแสดงไว้ในที่ที่
คาดว่าลูกค้าจะมองเห็น ตัวอย่างเช่น
ในบริเวณที่ลูกค้าจะสั่งอาหาร เช่น ที่
เคาน์เตอร์ชำระเงิน บนกระดานเมนู
อาหาร หรือบนเมนูอาหาร

การให้ข้อมูลอาหารที่มีสารก่อ ภูมิแพ้เป็นตัวหนังสือ

ท่านสามารถให้ข้อมูลด้วยวิธีการนี้ได้
บนเมนูอาหาร กระดานเมนูอาหาร หรือ
ในเว็บไซต์หากจำหน่ายอาหารทาง
ออนไลน์ ตัวอย่างเช่น:

- แกงกอร์มาไก่ – ส่วนผสม: นม อัล
มอนต์ (ถั่ว)
- เค้กแครอท – ส่วนผสม: นม ไข่
ข้าวสาลี วอลนัท (ถั่ว)

แฟ้มเมนูอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้

แฟ้มเมนูอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ ซึ่ง
ประกอบด้วย:

- แผ่นข้อมูลจำเพาะของผลิตภัณฑ์
- ฉลากรายการส่วนผสม
- สูตรอาหาร หรือตารางเมนูอาหารที่
ให้บริการ และรายชื่อส่วนผสมที่มีสาร
ก่อภูมิแพ้ที่อาจใช้สำหรับสื่อสาร หรือ
ช่วยในการสื่อสารเพื่อให้ข้อมูลอาหาร
ที่มีสารก่อภูมิแพ้แก่ผู้บริโภคได้

การบอกลูกค้าเกี่ยวกับอาหารที่ มีสารก่อภูมิแพ้

ท่านสามารถให้ข้อมูลอาหารที่มีสาร
ก่อภูมิแพ้แก่ลูกค้าได้ในระหว่างที่
พูดคุยกัน พร้อมกับใช้วิธีการอย่างใด
อย่างหนึ่งที่กล่าวไปแล้วข้างต้น

นอกจากนี้ ท่านยังสามารถใช้วิธี
การอื่นๆ ที่ท่านคิดขึ้นมาเองได้ด้วย
เพื่อให้มั่นใจว่าท่านได้ให้ข้อมูลที่ถูก
ต้องและตรงกันทุกครั้ง



ตัวอย่างตารางเมนูอาหารที่ให้บริการ และรายชื่อส่วนผสมที่มีสารก่อภูมิแพ้ในอาหารเหล่านี้

อาหาร	ธัญพืชที่มี ส่วนผสมกลูเตน	ผลิตภัณฑ์ที่มี เปลือกแข็ง	ไข่	ปลา	ถั่วลิสง	ถั่วเหลือง	นม	ถั่วที่มี เปลือกแข็ง	ผักชี้น้ำย	มันฝรั่ง	เมล็ดงา	ซัลไฟต์	ลูทีน	สีตัวจาก พริกและ ปลาหมึก
แกงกอร์มาไก่							✓	✓ อัลมอนต์						
รีซอตโตทะเล		✓		✓			✓		✓					✓
ชีสเค้กมะนาว	✓ ข้าวสาลี		✓				✓							

การสื่อสารที่ได้ผล

การสื่อสารที่ได้ผลในหมู่พนักงานของท่าน กับลูกค้า และกับซัพพลายเออร์ของท่าน จะช่วยให้มั่นใจได้ว่าลูกค้าที่แพ้อาหารทะเลจะได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง

ข้อสำคัญ

ลูกค้าต้องมีส่วนร่วมด้วย

ในกรณีที่ผู้ประกอบการติดป้ายบอกว่า ลูกค้าสามารถที่จะสอบถามขอข้อมูลเกี่ยวกับการแพ้อาหารได้จากพนักงาน ในกรณีนี้ลูกค้าจะมีความรับผิดชอบด้วยเช่นกันที่จะต้องขอข้อมูลและระบุความต้องการด้านอาหารของตนเองให้แก่ผู้จัดหาอาหาร

โปรดจำไว้ว่าลูกค้าจะใช้ข้อมูลที่ได้รับจากท่านเกี่ยวกับส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้ที่มีอยู่ในอาหารของท่าน เพื่อช่วยในการตัดสินใจที่แน่นอนว่าควรซื้อและรับประทานอาหารที่ท่านให้บริการหรือไม่

ท่านจะต้องคิดให้รอบคอบว่า:

- ท่านจะจัดการกับคำร้องขอข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้อย่างไร
- ท่านจะให้ข้อมูลแก่ลูกค้าอย่างไร
- พนักงานของท่านจะสามารถเข้าถึงข้อมูลนี้ได้อย่างไร

อาหารปลอดกลูเตน และส่วนผสมที่ไม่มีกลูเตน

หากท่านบอกว่าอาหารที่ท่านให้บริการเป็นอาหารปลอดกลูเตน ท่านควรทราบว่า มีกฎเกณฑ์ที่เข้มงวดเกี่ยวกับเรื่องนี้ อาหารที่ท่านให้บริการแก่ลูกค้าที่ท่านบอกว่าเป็นอาหารปลอดกลูเตนนั้นจะต้องมีกลูเตนในอาหารไม่เกิน 20 มก./กก.

หากท่านกล่าวอ้างว่าอาหารที่ไม่อยู่ในภาชนะบรรจุที่ท่านขายอยู่ เป็นอาหารปลอดกลูเตน ท่านต้องพิจารณาว่าท่านมีกระบวนการป้องกันการปนเปื้อนข้ามที่กำหนดไว้หรือไม่

หากกระบวนการป้องกันของท่านไม่สามารถรับประกันหรือควบคุมการปนเปื้อนข้ามได้ดีพอ ท่านควรพิจารณาใช้ข้อความที่เป็นข้อเท็จจริงกว่านี้ เช่น ใช้ข้อความ 'ส่วนผสมที่ไม่มีกลูเตน' ซึ่งเรียกกันว่า NGCI

ไม่ว่าท่านจะใช้ข้อความใด ท่านจะต้องป้องกันการปนเปื้อนข้ามให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

หากท่านต้องการคำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับอาหารปลอดกลูเตน โปรดไปที่:

www.food.gov.uk/businessindustry/allergy-guide/gluten/

การรับมือกับกรณีการเกิดปฏิกิริยาภูมิแพ้ที่รุนแรง

เมื่อใครคนใดคนหนึ่งมีปฏิกิริยาภูมิแพ้เกิดขึ้นอย่างรุนแรง เป็นสิ่งสำคัญที่พนักงานทุกคนจะต้องทราบว่าควรจะทำอย่างไร

ข้อสำคัญ

สัญญาณเตือน

การที่จะทราบว่าลูกค้ามีปฏิกิริยาภูมิแพ้อย่างรุนแรงหรือไม่นั้น เป็นสิ่งที่ไม่อาจรู้ได้แน่ชัด เพราะภาวะอื่นๆ ที่รุนแรงอาจมีอาการที่คล้ายคลึงกันได้ อย่างไรก็ตาม เราสามารถสังเกตสัญญาณเตือนบางอย่างได้ เช่นดูว่าลูกค้ามีอาการหายใจติดขัดหรือไม่ ริมฝีปากหรือปากของเขาบวม หรือว่าเขาเป็นลมล้มพับหรือไม่

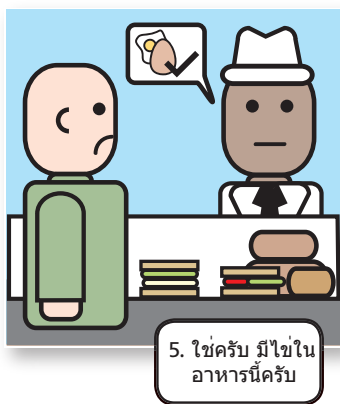
หากมีสัญญาณข้างต้นเกิดขึ้น ท่านควรทำสิ่งต่อไปนี้:

- ห้ามเคลื่อนย้ายลูกค้า เพราะอาจทำให้อาการของเขาแย่มากขึ้น
- โทรฯ 999 ทันที และชี้แจงสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น อธิบายกับเจ้าหน้าที่ว่าท่านคิดว่าลูกค้าอาจมีปฏิกิริยาภูมิแพ้แบบรุนแรงที่เกิดขึ้นฉับพลันหรือ แอนนาฟิลแล็กซิส (อ่านออกเสียงว่า แอนนาฟิล-แล็กซิส) เป็นเรื่องที่สำคัญที่ท่านจะต้องพูดคำว่า 'แอนนาฟิลแล็กซิส' เพื่อสื่อสารให้เจ้าหน้าที่รู้ว่านี่เป็นสถานการณ์รีบด่วน และเพื่อให้มั่นใจว่าจะมีการจัดเตรียมยาที่เหมาะสมมาช่วยเหลือ
- ถามลูกค้าว่าเขาพก 'เข็มฉีดยาอะดรีนาลีน' มาด้วยหรือไม่ และช่วยเขาเอาเข็มฉีดยาออกมาถ้าจำเป็น หากพนักงานหรือเจ้าหน้าที่ปฐมพยาบาลเคยรับการฝึกอบรมเกี่ยวกับการฉีดยาอะดรีนาลีน และลูกค้ามีปัญหาที่จะฉีดยาอะดรีนาลีนให้ตัวเอง ก็ให้ถามลูกค้าว่าเขายินดีจะให้ช่วยฉีดให้หรือไม่
- ส่งคนออกไปรอรถพยาบาลที่ข้างนอกขณะที่ท่านอยู่กับลูกค้าจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึงและให้ความช่วยเหลือ

การจัดการกับข้อมูลอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้: รายการตรวจสอบที่รวดเร็วของท่าน

1. เมื่อมีคนถามท่านว่าอาหารของท่านมีส่วนผสมอย่างใดอย่างหนึ่งหรือไม่ ท่านควรตรวจสอบทุกครั้ง – ห้ามเดา
2. หากท่านจำหน่ายอาหารที่มีส่วนผสมที่อาจก่อให้เกิดภูมิแพ้หนึ่งหรือสองชนิดขึ้นไป ให้จดรายชื่อส่วนผสมเหล่านั้นไว้บนบัตร จลากอาหารตาราง หรือเมนูอาหาร – และหมั่นแก้ไขให้เป็นข้อมูลที่ถูกต้องล่าสุดอยู่เสมอ
3. เก็บข้อมูลรายการส่วนผสมของอาหารสำเร็จที่ท่านใช้ (ตัวอย่างเช่น ไข่แซนดวิชแบบชีสสำเร็จ) ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้รับการแก้ไขให้ถูกต้องล่าสุดแล้ว รายการส่วนผสมมักจะอยู่บนฉลาก หรือใบวางบิล
4. ขณะทำอาหาร ท่านควรเก็บบันทึกรายการส่วนผสมทั้งหมด (และสิ่งที่มีอยู่ในส่วนผสม) รวมถึงน้ำมันพืช เครื่องปรุงรส ท็อปปิ้งโรยหน้า ซอส และสิ่งที่ใช้แต่งหน้าอาหาร
5. หากท่านเปลี่ยนส่วนผสมของอาหาร ท่านจะต้องแก้ไขข้อมูลรายการส่วนผสมของท่านให้เป็นข้อมูลที่ถูกต้องล่าสุด และแจ้งให้พนักงานทราบถึงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว
6. หากมีคนขอร้องให้ท่านทำอาหารที่ไม่มีส่วนผสมอย่างใดอย่างหนึ่งโดยเฉพาะ อย่าเพิ่งรีบปากจนกว่าท่านจะมั่นใจได้เต็มที่แล้วว่าส่วนผสมนั้นๆ จะไม่มีอยู่ในอาหารเลย
7. หากท่านทำอาหารสำหรับคนที่แพ้อาหาร ท่านต้องดูแลให้แน่ใจว่ามีการทำความสะอาดพื้นผิวและอุปกรณ์เตรียมอาหารโดยตลอดทั่วถึง และล้างมือของท่านให้สะอาดหมดจดก่อนจัดเตรียมอาหารนั้นๆ ควบคุมความเสี่ยง

การให้บริการลูกค้าที่เป็นโรคแพ้อาหาร



ข้อมูลเพิ่มเติม

- ท่านสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้และแหล่งข้อมูลอื่นๆ ได้ที่
www.food.gov.uk/allergen-resources
- ท่านสามารถขอรับการอบรมฟรีทางออนไลน์เกี่ยวกับอาหารที่มีสารก่อภูมิแพ้ได้ที่:
<http://allergytraining.food.gov.uk/>
- สำหรับข้อมูลและคำแนะนำเกี่ยวกับการแพ้อาหารที่เกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกันและที่ไม่เกี่ยวข้องกับระบบภูมิคุ้มกัน โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของหน่วยงานกำกับดูแลมาตรฐานสินค้าอาหาร:
www.food.gov.uk/allergy
- สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับกฎระเบียบการให้ข้อมูลอาหารแก่ผู้บริโภคของสหภาพยุโรป 1169/2011 โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์:
http://ec.europa.eu/food/food/labellingnutrition/foodlabelling/index_en.htm
- สำหรับข้อมูลเกี่ยวกับกลูเตน โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของ Coeliac UK (องค์กรสำหรับผู้แพ้กลูเตน):
www.coeliac.org.uk

เอกสารนี้จัดทำขึ้นด้วยความร่วมมือจาก:



Allergy UK

(องค์กรสำหรับผู้แพ้อาหารในสหราชอาณาจักร)

โทรศัพท์: 01322 619898

อีเมล: info@allergyuk.org

เว็บไซต์: www.allergyuk.org



Anaphylaxis Campaign

(องค์กรสำหรับผู้แพ้อาหารแบบรุนแรง)

โทรศัพท์ติดต่อ: 01252 546100

โทรฯ สายให้ความช่วยเหลือ: 01252 542029

อีเมล: info@anaphylaxis.org.uk

เว็บไซต์: www.anaphylaxis.org.uk



British Hospitality Association

(สมาคมผู้ประกอบการบริการแห่งอังกฤษ)

โทรศัพท์: 0207 404 7744

อีเมล: bha@bha.org.uk



British Retail Consortium

(สมาคมผู้ค้าปลีกอังกฤษ)

โทรศัพท์: 020 7854 8900

เว็บไซต์: www.brc.org.uk



Coeliac UK (องค์กรสำหรับผู้แพ้กลูเตน)

โทรศัพท์: 0845 305 2060

เว็บไซต์: www.coeliac.org.uk



Food and Drink Federation

(สมาคมผู้ประกอบการอาหารและเครื่องดื่ม)

โทรศัพท์: 020 7836 2460

เว็บไซต์: www.fdf.org.uk



Food Solutions (ฟู้ดโซลูชันส์)

โทรศัพท์: 01572 812312

อีเมล: bob@food-solutions.org

หากต้องการทราบข้อมูลและคำแนะนำเพิ่มเติมเกี่ยวกับอาหาร หรือต้องการดาวน์โหลดเอกสารนี้
โปรดเยี่ยมชมเว็บไซต์ของหน่วยงานกำกับดูแลมาตรฐานสินค้าอาหาร:
food.gov.uk

ต่อเชื่อมกับเรา

 กดไลค์ให้เราบนเฟซบุ๊ก food.gov.uk/facebook

 เข้าร่วมสนทนากับเรา food.gov.uk/twitter

 ชมรายการของเราใน YouTube food.gov.uk/youtube

 รับข่าวสารของเราด้วยบริการ RSS food.gov.uk/rss

 รับข่าวสารของเราทางอีเมล food.gov.uk/email

สแกน QR vCard ของเรา เพื่อบันทึกข้อมูลการติดต่อของเราลงในสมาร์ตโฟนของ
ท่านได้อย่างง่ายดาย



© ลิขสิทธิ์ของหลวง 2015

หากต้องการสอบถามเกี่ยวกับการใช้และการนำแหล่งข้อมูลนี้มาใช้ใหม่
ควรส่งคำถามทางอีเมลไปถึง: psi@nationalarchives.gsi.gov.uk

จัดพิมพ์โดยหน่วยงานกำกับดูแลมาตรฐานสินค้าอาหาร มีนาคม 2015

พิมพ์ในอังกฤษ FSA/1735/0614



รีไซเคิล

เมื่อท่านใบต้องการใช้เอกสารนี้แล้ว
กรุณานำไปรีไซเคิล