



Vì mua sắm thực phẩm vẫn là một điều cần thiết trong đại dịch này, nhiều người có câu hỏi về cách mua sắm an toàn. Chúng tôi muốn trấn an người tiêu dùng rằng hiện tại không có bằng chứng nào về thực phẩm của người hoặc động vật hoặc bao bì thực phẩm có liên quan đến việc truyền coronavirus gây ra COVID-19. Loại coronavirus đặc biệt này gây ra bệnh hô hấp và lây từ người sang người, không giống như virus thực phẩm qua đường tiêu hóa hoặc GI, chẳng hạn như norovirus và viêm gan A thường làm cho người ta bị bệnh thông qua thực phẩm bị ô nhiễm.

Mặc dù cửa hàng tạp hóa của bạn có thể tạm thời hết một số sản phẩm nhất định, nhưng không có tình trạng thiếu lương thực trên toàn quốc. Sản xuất và chế biến thực phẩm được trải rộng khắp Hoa Kỳ. Trong đại dịch này, người tiêu dùng đang nhận được hầu hết thực phẩm từ các cửa hàng tạp hóa và nhiều cửa hàng đã sửa đổi giờ hoạt động của họ để có thêm thời gian chất thêm hàng lên kệ và làm sạch. Ngoài ra, nhiều cửa hàng có giờ đặc biệt cho người cao niên hoặc các cá nhân có nguy cơ cao khác để mua sắm và đang cung cấp dịch vụ nhận và giao hàng. Kiểm tra trang web của cửa hàng hoặc gọi cửa hàng để tìm hiểu thêm.


Để giúp bảo vệ bản thân, nhân viên của hàng tạp hóa và những người mua hàng khác, điều quan trọng là phải ghi nhớ một số điều:

- 


1.

Chuẩn bị trước một danh sách mua sắm. Mua số hàng tạp hóa mỗi lần đừng được từ 1 đến 2 tuần. Mua nhiều hơn mức mà bạn cần tạo ra nhu cầu không cần thiết và thiếu hụt tạm thời.
 - 


2.

Đeo khẩu trang hoặc mặt nạ trong khi bạn đang ở trong cửa hàng. Một số cửa hàng và địa phương có thể bắt buộc làm điều này. Kiểm tra hướng dẫn của tiểu bang, hạt hoặc thành phố của bạn để biết bất kỳ yêu cầu nào khác.
 - 


3.

Mang theo giấy chùi của riêng bạn, hoặc sử dụng giấy chùi do cửa hàng cung cấp để lau tay cầm của xe đẩy hàng hoặc giỏ đựng. Nếu bạn sử dụng túi mua sắm dùng lại được, đảm bảo chúng được làm sạch hoặc rửa sạch trước mỗi lần sử dụng.
 - 


4.

Thực tập giãn cách xã hội trong khi mua sắm – giữ ít nhất 6 feet giữa bạn, những người mua sắm khác và nhân viên của hàng. Không sờ tay vào mặt của bạn.
 - 


5.

Rửa tay bằng nước ấm và xà phòng trong ít nhất 20 giây khi bạn trở về nhà và một lần nữa sau khi bạn cất đồ tạp hóa.
 - 


6.

Một lần nữa, không có bằng chứng về bao bì thực phẩm có liên quan đến việc truyền COVID-19. Tuy nhiên, nếu muốn, bạn có thể chùi bao bì sản phẩm và để nó khô tự nhiên trong không khí, như một biện pháp phòng ngừa thêm.
- Như mọi khi, điều quan trọng là phải tuân theo các thực hành an toàn thực phẩm này để giúp ngăn ngừa bệnh từ thực phẩm:**
- 


7.

Trước khi ăn, rửa sạch trái cây và rau quả tươi dưới vòi nước đang chảy, kể cả những loại có vỏ và vỏ không ăn được. Chà xát sản phẩm bằng một bàn chải làm sạch sản phẩm. Đối với đồ hộp, hãy nhớ làm sạch nắp trước khi mở.
 - 

8.

Khi lấy hàng tạp hóa từ túi đựng ra, làm lạnh hoặc đông lạnh thịt, thịt gia cầm, trứng, hải sản và các đồ dễ hỏng khác — như đậu, rau diếp, rau thơm, và nấm—trong vòng 2 giờ sau khi mua.
 - 

9.

Thường xuyên làm sạch và vệ sinh quầy bếp bằng sản phẩm khử trùng hiện có bán trên thị trường hoặc dung dịch vệ sinh tự pha chế lấy (DIY) với 5 muỗng canh (1/3 cốc) thuốc tẩy chất lỏng clo không mùi, bỏ vào 1 ga lông nước hoặc 4 muỗng cà phê thuốc tẩy cho mỗi lít Anh nước. **CẢNH BÁO:** Không sử dụng dung dịch này hoặc các sản phẩm khử trùng khác trên thực phẩm.
- 

10.

Luôn ghi nhớ 4 bước cơ bản về an toàn thực phẩm — [Làm sạch](#), [Để riêng](#), [Nấu](#), và [Làm lạnh](#).

Thực phẩm là nguồn an ủi, cũng như nuôi dưỡng cho bạn và gia đình – đặc biệt là bây giờ – và chúng tôi hy vọng lời khuyên này sẽ giúp bạn tiếp tục mua hàng tạp hóa một cách cẩn thận và tự tin.