

## המלצות לקנייה וטיפול בירקות ופירות בעידן הקורונה: חיטוי והשהיה

מאת: ד"ר אמנון ליכטר ופרופ' שלמה סלע –

המכון לחקר תוצרת חקלאית ומזון,

### **מינהל המחקר החקלאי – מרכז וולקני**

**חשוב לציין כי עד היום, אין כל דיווח על מעורבות של מזון בהתפשטות נגיף (וירוס) הקורונה באוכלוסייה.**

מחקר חדש בעתון הרפואי NEJM הראה שנגיף הקורונה דועך על גבי משטחים תוך שעות עד ימים בתלות בסוג המשטח <https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/NEJMc2004973/>. למשל, על פלסטיק, מחצית החיים של הנגיף היא כ- 7 שעות בממוצע (הזמן שלוקח למחצית מכמות הנגיף לדעוך). לעומת זאת, על קרטון זמן מחצית החיים הוא כ- 3.5 שעות בממוצע. אמנם אין עדיין מחקרים שבדקו את הישרדות הנגיף על פירות וירקות או מה קורה לנגיף במקרר, אבל סביר להניח שמדובר בטווחי זמן דומים של שעות עד ימים.

כאשר אנחנו קונים ירקות ופירות בסופר אנחנו מקווים שכל מי שטיפל בו מהקוטף בשדה, דרך בית האריזה ועד העובד במחלקת הירקות בסופר, כמו גם הקופאית הוא נקי מהנגיף, השתמש במסכה ובכפפות, חיטא היטב את הידיים וחזר על כך לעיתים תכופות. בפועל אנחנו לא יכולים להיות בטוחים בכך ולכן אנו ממליצים לנקוט במשנה זהירות בעת הקנייה והטיפול בירקות ופירות בפרט ובמזון בכלל.

העקרונות הבאים של חיטוי והשהיה (בידוד) יאפשרו לכם להקטין את הסיכון של העברה אפשרית של הנגיף דרך פירות וירקות ומזון בכלל.

1. רצוי לקחת את הפירות והירקות מהמדף עם כפפות נקיות או מחוטאות שלא נגעו במשטחים אחרים העלולים לשאת את הנגיף, כמו עגלת הסופר ועל ידי כך לצמצם זיהומים אפשריים כתוצאה ממגע של קונים אחרים. **קנייה של ירקות ופירות ארוזים** מקטינה את הסיכון למגע על ידי אנשים אחרים.
2. לאחר ההגעה הביתה, או קבלת המשלוח, מוצע **להשרות פירות וירקות שניתנים לשיטיפה במים עם מעט סבון למשך זמן קצר** (חצי דקה עד דקה) שכן הוכח שסבון פשוט יעיל מאד לחיטוי הנגיף. לאחר מכן יש לשטוף את הירקות והפירות במים זורמים, לייבש היטב, להכניס למקרר או להשאיר על המזווה על פי מה שאתם נוהגים. חשוב לציין, כי משרד הבריאות ממליץ בשגרה על שטיפת ירקות ופירות במים זורמים, ללא סבון, בשל החשש לשאריות סבון במזון.
3. **כל מה שאינו ניתן לשיטיפה מיידית יוכנס בשקית גדולה למקרר או יושהה על המדף** לפי האפשרויות. במידת האפשר לא יזיק שהתוצרת תאוחסן אצלכם בבית למשך כיומיים על מנת לאפשר דעיכה טבעית של הנגיף.

4. מאחר ויש קושי לחטא את כל המוצרים שאתם קונים בסופר – המלצתנו היא, אם אפשר, להכניס אותם לבידוד והשהיה למשך כיומיים לפני השימוש בהם. למשל, אין דרך לחטא שקית סוכר, אבל כאמור הזמן ידאג לדעיכה הטבעית של הנגיף.

5. לצורך אריזה בבית מוצע להצטייד בשקיות חדשות או שקיות שהיו בבית מספר ימים.

זכרו, אי אפשר לחיות בעולם סטרילי אבל בהחלט אפשר לצמצם סיכונים ולקנות ולטפל בתוצרת בצורה הגיינית ובטוחה על סמך העקרונות הללו.

הנחיות לשימור מיטבי של ירקות ופירות ניתן לקרוא באתר המכון לחקר תוצרת חקלאית ומזון. להנחיות הקליקו [כאן](#)

למידע בנושא בטיחות המזון בימי הקורונה, ראה אתר משרד הבריאות:

<https://govextra.gov.il/media/15230/safety-food-covid-19.pdf>

עוד על בטיחות והיגיינה במזון ניתן לקרוא בקישורים הבאים:

<https://www.health.gov.il/Subjects/FoodAndNutrition/food/HandlingFood/Pages/default.aspx>

[https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/5Keys\\_poster.pdf](https://www.health.gov.il/PublicationsFiles/5Keys_poster.pdf)