|  |  |
| --- | --- |
| Aerobinen mikrobi | Mikrobi, joka tarvitsee happea, jotta se kasvaa. |
| Alkueläimet | Ryhmä eliöitä, joilla on vain yksi solu. Esimerkiksi vedessä elävä *Giardia*. |
| Anaerobinen mikrobi | Mikrobi, joka kasvaa ilman happea. |
| *Bacillus cereus* - bakteeri | *Bacillus cereus* -bakteeri on yleinen luonnossa. Se voi olla vihanneksissa ja kuivissa elintarvikkeissa kuten riisissä, mausteissa ja jauhoissa.  Nopea jäähdytys ja elintarvikkeiden oikea säilytys sekä ruuan riittävä lämmitys estävät sen lisääntymisen. |
| Bakteerit | Mikroskooppisen pieniä eliöitä eli mikrobeja, joita on kaikkialla vedessä, maassa, ilmassa. Niitä on ihmisissä, eläimissä ja kasveissa, myös kuolleissa.  Bakteerit voivat olla hyödyllisiä tai haitallisia ja ne voivat aiheuttaa esimerkiksi ruokamyrkytyksen. Jotkut bakteerit tuottavat myrkkyjä. |
| Biojäte | Kaikki sellainen ruokajäte ja muu jäte, josta tulee multaa kompostissa. Esimerkiksi kuivuneet ja pilaantuneet ruuat, kasvien kuoret ja suodatin- ja talouspaperit. |
| BSE | Bovine Spongiform Encephalopathy eli "hullun lehmän tauti". Erittäin harvinainen lehmien sairaus, jonka aiheuttaa prioni. |
| *Clostridium botulinum* -bakteeri | *Clostridium botulinum* -bakteeri on yleinen maassa, järvien ja merien pohjassa. *Clostridium botulinum* -tartunta voi johtaa kuolemaan. Tauti on erittäin harvinainen Suomessa.  Bakteerin toimintaa vähentävät ruokien happamuus, suolaisuus ja kylmäsäilytys. Savustettua kalaa pitää säilyttää kylmässä, ja säilytysaika voi olla korkeintaan kolme viikkoa. |
| *Clostridium perfringens* -bakteeri | *Clostridium perfringens* -bakteeri on yleinen maassa ja eläinten ja ihmisten suolistossa. Bakteeri lisääntyy, jos ruokaa jäähdytetään liian hitaasti tai säilytetään liian lämpimässä. |
| Desinfiointi | Desinfiointi tarkoittaa sitä, että mikrobien kasvu estetään tai ne tuhotaan kemiallisilla aineilla, kuumalla vedellä tai höyryllä. Näin tuhotaan 99 % mikrobeista. Desinfiointi tehdään aina puhtaalle pinnalle. |
| Elintarvikehuoneisto | Elintarvikehuoneisto on elintarvikkeiden valmistus-, säilytys-, myynti-, tarjoilu- tai käsittelytila. Myös auto, jota käytetään elintarvikkeiden kuljetukseen ja jakeluun tai myyntiin, on elintarvikehuoneisto.  Elintarvikehuoneistoja ovat esimerkiksi elintarviketehtaat, suurkeittiöt, kaupat, ravintolat, elintarvike- ja grillikioskit ja torikojut. |
| Elintarvikelaki | Elintarvikelaki antaa määräykset, jotka koskevat kaikkia elintarvikkeita. Laki suojaa käyttäjää terveyshaitoilta ja auttaa saamaan hyvänlaatuista ruokaa. |
| Elintarvikevalvonta | Elintarvikevalvonta suojaa kuluttajaa laittomilta, huonoilta, vaarallisilta ja vääränhintaisilta elintarvikkeilta.  Yrittäjät valvovat itse toimintaansa, ns. omavalvonta, ja sen lisäksi on kunnan elintarvikevalvonta, jota tekevät terveystarkastajat. |
| Elintarviketurvallisuusvirasto | Elintarviketurvallisuusvirasto (Evira) johtaa, suunnittelee ja kehittää Suomen elintarvikevalvontaa. Evira valvoo joitakin elintarvikkeita myös itse. |
| Emäksinen | Alkalinen, pH yli 7; esimerkiksi pesuaineet. |
| Epidemia | Joukko ihmisiä sairastuu samaan sairauteen yhtä aikaa. |
| *Escherichia coli* eli kolibakteeri | Kolibakteeria on ihmisten ja eläinten suolistossa. EHEC -bakteeri, joka on eräs kolibakteereista, aiheuttaa veristä ripulia. Syynä on yleensä huonosti kypsennetty naudanliha.  Tartunnan voi saada myös pastöroimattomasta maidosta, vedestä (esim. uimavesi) tai likaisista kasviksista. Hyvä hygienia ja kunnollinen kypsennys estävät taudin. |
| First-in first-out -periaate (FIFO) | Varastoissa vanhimmat tuotteet käytetään ensiksi. Tavara kiertää nopeasti eikä vanhemmat tuotteet jää käyttämättä. |
| Fysikaalinen riski | Kaikki roskat tms. Esimerkiksi hiukset, kivet, hyönteiset, multa, paperinpalat ja muut sellaiset. |
| GHP | Good Hygiene Practice. Hyvät hygieniatavat, hyvät tuotantotavat. |
| HACCP -järjestelmä | Hazard Analyzis and Critical Control Point. Elintarvikkeita käsitellään ja valmistetaan siten, että koko ajan valvotaan puhtautta ja lämpötiloja suunnitelmallisesti ja säännöllisesti muitakin vaarakohtia eli kriittisiä pisteitä ja tulokset kirjataan |
| Haittamikrobi | Mikrobi, joka pilaa elintarvikkeen ja/tai aiheuttaa sairauksia. |
| Hapan | pH alle 7 eli useimmat ruuat. jos elintarvikkeen happamuus on alle 4, tautia aiheuttavat mikrobit eivät lisäänny helposti. |
| Helposti pilaantuva elintarvike | Elintarvike, joka menee nopeasti pilalle ja voi aiheuttaa ruokamyrkytyksen.  Elintarvike täytyy säilyttää erillään muista kylmässä.  Lämmin ruoka pitää säilyttää kuumassa 60 asteessa ja jäähdyttää nopeasti alle 6 asteeseen.  Kylmäketju ei saa katketa. |
| Hiivat | Pieniä sieniin kuuluvia mikrobeja. Hiivat käyttävät sokeria alkoholiksi ja hiilidioksidiksi esimerkiksi taikinoissa (leivinhiiva) tai juomissa (olut/viinihiivat). |
| Homeet | Home on puhekielessä käytetty termi sienelle. Homeitiöitä on kaikkialla ympäristössä.  Homeet voivat pilata kaikenlaisia elintarvikkeita. Luonnossa homeet ovat tärkeitä hajottajia ja niitä käytetään homejuustojen valmistuksessa.  Homeet voivat tuottaa myrkkyjä eli mykotoksiineja. |
| Hygieniaosaaminen | Elintarvikealan työntekijällä on riittävät tiedot, jotta hän osaa toimia elintarvikealalla hygieenisesti. |
| Hygieniapassi | Hygieniaosaamistodistus, jonka saa, kun suorittaa Elintarvikeviraston testin. Testin saa järjestää vain hyväksytty testaaja.  Testissä on 40 lausetta, jotka ovat oikein tai väärin. Hygieniapassin saa, kun vähintään 34 rastia on oikeassa kohdassa. |
| Hygieeninen laatu | Turvallinen elintarvike ei sisällä liikaa haitallisia mikrobeja eikä vierasaineita, jotka pilaavat tuotteen ja mahdollisesti aiheuttavat terveysriskin. |
| Hyötymikrobi | Mikrobi, joka on hyödyllinen. Mikrobeja tarvitaan esimerkiksi monien elintarvikkeiden ja lääkkeiden valmistuksessa. Hyötymikrobien avulla tehdään mm. jogurttia, juustoja ja hapankaalia. |
| Iskukuumennus (UHT) | Nestemäisten elintarvikkeiden voimakas lämpökäsittely, joka parantaa säilyvyyttä ja tuhoaa bakteereita.  Esimerkiksi maito kuumennetaan vähintään 135°C:een 2-3 sekunniksi. UHT -tuote säilyy avaamattomana huoneenlämmössä useita kuukausia. |
| Itiö | Itiö on bakteerin lepomuoto. Bakteeri-itiö ei lisäänny, mutta kestää hyvin kylmää, kuumaa, kuivuutta ja säteilyä.  Itiöstä muodostuu hyvissä oloissa bakteeri, joka alkaa nopeasti lisääntyä. Homeiden ja muiden sienten itiöt tuhoutuvat kuumennuksessa. |
| Jätehuolto | Jätehuollon järjestäminen on omavalvontaa. Yrittäjän pitää kirjata, kuinka usein jäteastiat tyhjennetään ja kuka hoitaa jätehuollon. Siihen kuuluu myös tavaroiden kierrätys ja ongelmajätteiden käsittely. |
| Kaasupakkaus | Tiivis pakkaus, josta on ilma poistettu. Elintarvikkeen joukkoon on lisätty mikrobien kasvua hidastavia suojakaasuja: typpeä, hiilidioksidia tai/ja happea. |
| Norovirus (Kalikivirus) | Norovirus (Kaliki- eli  Norwalk-Like Virus) on tärkeä sairauksien aiheuttaja. Tartunta leviää sairaista ihmisistä elintarvikkeisiin. Myös likainen vesi voi saastuttaa esim. vihannekset ja marjat.  Viruksen kantaja ei saa käsitellä pakkaamattomia elintarvikkeita.  Kun kädet ja elintarvikkeet pestään hyvin, estetään tartunta. Kuumentaminen tappaa virukset. |
| Kampylobakteeri | Kampylobakteeria on vedessä, lihassa sekä koirissa ja kissoissa.  Huonosti kypsennetyt tai raa´at elintarvikkeet tai huono vesi levittävät bakteeria.  Kun elintarvikkeet pestään ja kuumennetaan hyvin, estetään tartunta. |
| Kemiallinen riski | Jos astiat tai välineet huuhdellaan huonosti, ruokaan voi jäädä pesu- tai desinfiointiainetta. Lisäaine tai ruoka voi aiheuttaa allergiselle henkilölle oireita.  Lisäksi kemiallisen riskin voivat aiheuttaa esimerkiksi kasvimyrkyt (sienimyrkyt, solaniini perunassa, lektiini pavussa) |
| Kirjaaminen eli dokumentointi | Omavalvonnan tulokset pitää kirjata eli kirjoittaa muistiin ja tallentaa määrättyyn paikkaan, yleensä omavalvontakansioon. |
| Kontaminaatio | Saastuminen, tartunta, ristikontaminaatio |
| Listeriabakteeri | Odottava äiti saattaa menettää lapsen listeriabakteerin takia. Listeriabakteeri voi olla vaarallinen myös vanhuksille ja pienille lapsille. Terveet henkilöt eivät yleensä sairastu bakteerista. Bakteeri lisääntyy kylmässä.  Kun ruuat kuumennetaan hyvin eikä niitä säilytetä pitkään kylmässäkään, estetään tartunta. Listeriabakteeri on yleinen luonnossa |
| Mekaaninen puhdistus | Lika pestään pois esimerkiksi harjalla. |
| Mikrobi | Mikroskooppisen pieni eliö. Bakteerit, hiivat, homeet ja virukset ovat mikrobeja.  Mikrobeja on kaikkialla elinympäristössämme. |
| Mikrobiologinen riski | Haitalliset mikrobit pilaavat elintarvikkeita ja/tai aiheuttavat sairauksia.  Näitä mikrobeja sisältävät ruuat ovat mikrobiologinen riski. |
| Mykotoksiini eli homemyrkky | Homeet voivat tuottaa homemyrkkyjä, mykotoksiineja, jotka aiheuttavat sairautta.  Homehtuneita elintarvikkeita ei saa syödä, koska myrkyt eivät kuole kuumennuksessa. |
| Omavalvonta | Yrittäjä itse valvoo jatkuvasti ja järjestelmällisesti omaa tuotantoaan. Näin varmistetaan elintarvikkeiden turvallisuus. Omavalvontaa tehdään kaikkialla missä elintarvikkeita valmistetaan, kuljetetaan, varastoidaan tai myydään.  Omavalvontasuunnitelmaan merkitään omavalvonnan kohteet ym. Suunnitelmaan merkitään kriittiset valvontapisteet, niiden tarkkailumenetelmät ja toimenpiderajat, korjaustoimenpiteet ja tarkkailumenetelmien varmistustoimenpiteet. |
| Pakkausmerkinnät | Elintarvikkeen pakkausmerkinnät antavat tärkeää tietoa ja auttavat elintarvikevalinnoissa.  Osa merkinnöistä on pakollisia, toiset vapaaehtoisia. Pakkausmerkintöjä ovat mm. sisällön määrä, valmistus- ja lisäaineet ja valmistaja. |
| Parasiitti eli loinen | Vain isäntäeläimessä lisääntymään kykenevät parasiitit eli loiset, joita ovat alkueläimet, loismadot tai niveljalkaiset.  Ruuassa tai juomavedessä nämä voivat aiheuttaa ruokamyrkytyksen, mutta riski länsimaissa on hyvin pieni.  Esimerkiksi jokainen sika Suomessa tarkastetaan trikiini-loisen varalta. |
| Pastörointi | Kun elintarvikkeita kuumennetaan noin 70-90°C, tuhotaan suurin osa haittamikrobeista.  Samalla elintarvikkeiden säilyvyys paranee. Esimerkiksi maito pastöroidaan vähintään 72°C:ssa 15 sekuntia. |
| Patogeeni | Tautia aiheuttava mikrobi. |
| pH-luku | Kertoo, onko aine hapan (pH alle 7), neutraali (pH 7) vai emäksinen (pH yli 7). |
| Prioni | Proteiini, joka on rakenteeltaan muuttunut. Se ei siis ole elävä mikrobi.  Eräs prioni on BSE:n aiheuttaja. Se on aivoista löytyvä partikkeli, joka ei pilkkoudu valkuaisaineita hajottavilla entsyymeillä kuten normaali "terve" prioni. |
| Puhdistus- ja siivousohjelma | Omavalvontasuunnitelmassa on selvitys siivouskohteista, siivoustavoista, kuinka usein siivotaan, puhdistusaineista sekä -välineistä. |
| Riski | Mahdollisuus tai todennäköisyys, että elintarvike aiheuttaa sairastumisen tai muita haittoja sekä näiden haittojen suuruus. |
| Riskielintarvike | Ruoka, jossa haittamikrobit lisääntyvät helposti tai josta mikrobit leviävät. |
| Riskiryhmät | Ryhmä ihmisiä, joille ruokamyrkytys aiheuttaa vakavimmat seuraukset.  Alle kouluikäiset lapset, raskaana olevat tai imettävät naiset, vanhukset ja vakavasti sairaat ovat näitä ihmisiä.  Esimerkiksi listeria voi jopa tappaa syntymättömän lapsen. |
| Ruokamyrkytys | Elintarvike tai vesi aiheuttaa tarttuvan sairauden tai myrkytyksen. Usein oireina on vatsakipua ja ripulia.  Mikrobit ovat tuottaneet myrkkyä elintarvikkeeseen tai mikrobit ovat lisääntyneet ruuassa ja tuottavat ihmisen suolistossa toksiinia eli myrkkyä. |
| Ruokamyrkytysbakteeri | Bakteeri, joka aiheuttaa ruokamyrkytyksen. |
| Ruokamyrkytysepidemia | Vähintään kaksi henkilöä on saanut samanlaatuisen sairauden syötyään samaa ruokaa tai juotuaan samaa juomaa. Tästä ruoasta löydetään myrkytyksen aiheuttaja. |
| Saastuminen | Saastuminen eli kontaminaatio voi tapahtua ruuasta toiseen. Ruuan voivat saastuttaa valuminen ja pisarointi, likaiset kädet tai työpinnat ja -välineet. Myös ilma voi saastuttaa elintarvikkeen.  Esimerkiksi, jos raakaa lihaa ja kypsää lihaa leikataan samalla laudalla pesemättä työlautaa välillä. |
| *Salmonella* -bakteeri | Raaka tai huonosti kypsennetty broilerin- , kalkkunan- tai sianliha voi sisältää *salmonellaa*. Pastöroimaton maito ja idut voivat myös sisältää *salmonellaa* ja aiheuttaa taudin. Kaikki eivät sairastu, vaan levittävät bakteeria.  *Salmonella* bakteeri kuolee, kun ruoka kypsennetään hyvin. Kun idut käytetään mahdollisimman nopeasti, salmonellabakteerit eivät ehdi lisääntyä ja aiheuttaa tautia. |
| Salmonellatodistus | Salmonellatodistus vaaditaan Suomessa elintarvikealalle töihin tulevilta. Jos matkustetaan yli neljäksi päiväksi Pohjoismaiden ulkopuolelle, pitää antaa salmonellanäyte. |
| *Staphylococcus aureus* eli stafylokokkibakteeri | *Staphylococcus aureus* -bakteeria on ihmisten ja eläinten iholla ja limakalvoilla; käsistä se siirtyy elintarvikkeisiin.  Kun ruokaa säilytetään liian lämpimässä, bakteeri tuottaa myrkkyä. Kuumentaminen ei tuhoa myrkkyä ruuassa.  Kun ruoka säilytetään kylmässä ja kädet pestään hyvin aina tarvittaessa, myrkkyä ei voi syntyä. |
| Sterilointi | Kaikkien mikrobien ja niiden lepomuotojen, itiöiden tuhoaminen esimerkiksi kuumentamalla ylipaineessa (120°C), kemiallisesti tai säteilyttämällä. |
| Suojakaasupakkaus | Pakkaus, josta ilma on imetty pois ja tilalle pantu suojakaasua, joka estää mikrobien kasvua, kuten typpi, hiilidioksidi ja/tai happi. |
| Säteilyttäminen | Mikrobit tuhotaan ionisoivalla säteilyllä elintarvikkeista. Suomessa sallitaan vain kuivien mausteiden ja steriloitavan sairaalaruuan säteilyttäminen.  Käsittelystä ilmoitetaan pakkausmerkinnöissä. |
| Toksiini eli myrkky | Myrkyllinen aine, jonka mikrobi, kasvi tai eläin on tuottanut.  Toksiineja ovat mm. Clostridium botulinum -bakteerin botuliini, homemyrkyt, sienimyrkyt ja simpukkatoksiinit. |
| Tyhjiöpakkaus eli vakuumipakkaus | Elintarvikepakkaus, josta happi on imetty pois. |
| Vaaravyöhykelämpötila | Lämpötila-alueella + 6-60 useat ruuan haittamikrobit toimivat.  Ruokien nopea kuumennus ja jäähdytys estävät haittoja. |
| Vesiaktiivisuus  (aw -arvo) | Elintarvikkeessa oleva vapaan veden määrä, joka on mikrobien käytettävissä.  Mitä enemmän elintarvikkeessa on sokeria ja suolaa, sitä pienempi veden aktiivisuus.  Mitä enemmän ruuassa on vapaata vettä eli suuri aw -arvo, sitä nopeammin se pilaantuu. |
| Vieraat aineet | Elintarvikkeisiin vahingossa joutuneet aineet, jotka voivat tehdä elintarvikkeen terveydelle vahingolliseksi tai ihmisravinnoksi kelpaamattomaksi.  Tällaisia ovat esimerkiksi pesuainejäämät ja ympäristömyrkyt. |
| Virukset | Hyvin pieniä mikrobeja, jotka eivät kykene lisääntymään itsenäisesti. Ne tarvitsevat  isäntäsolun, joka voi olla eläimen tai ihmisen solu tai bakteeri.  Viruksia ovat esimerkiksi noro- eli kalikivirus ja hepatiitit. |
| *Yersinia* -bakteerit | Raaka ja huonosti kypsennetty elintarvike voi sisältää *Yersinia-*bakteereita.  Bakteerit lisääntyvät myös kylmässä, joten ruokia ei saa säilyttää pitkiä aikoja.  Ruuat kuumennetaan kunnolla ja noudatetaan hyvää hygieniaa. |