



www.foodsafety.gov.mo

 **2833 8181**



食品安全與個人衛生



食源性疾病

指食用受污染食品/飲料而引致的疾病



食源性疾病

原因：不小心進食受微生物/化學物污染的食品



食源性疾病

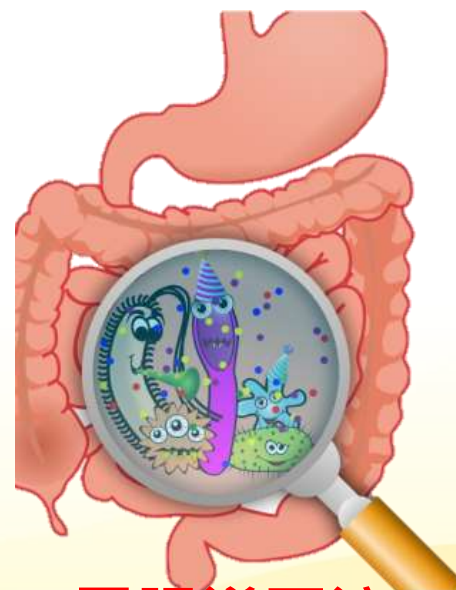
症狀：嘔吐、腹瀉等胃腸道不適徵狀



嘔吐



腹痛/腹瀉



胃腸道不適

食源性疾病

高風險人士

嬰兒、幼童、孕婦、長者/免疫力較差的人士



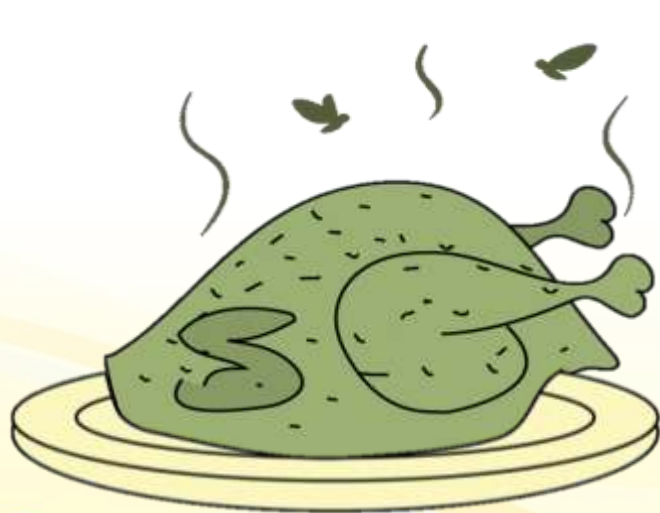
食源性疾病

為了保障身體健康：
我們時刻需**注意食品安全及個人衛生**



注意食品安全

含豐富水份及蛋白質的食品，較容易變質/腐敗

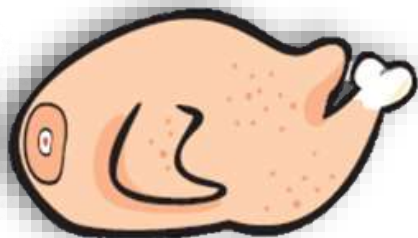


注意食品安全

易孳生細菌的食品



海產



禽肉類



蛋類及其製品



奶類及其製品



即食食品(壽司、刺身、沙律、蛋糕)



煮熟的米飯

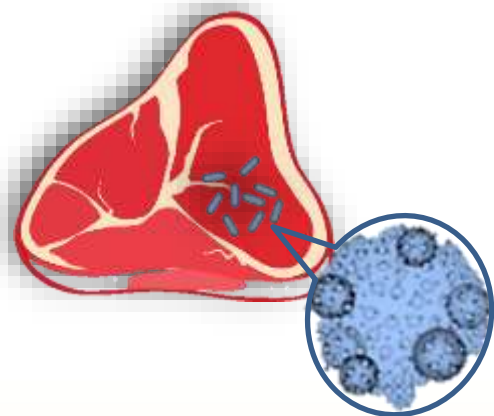
注意食品安全

易孳細菌的食品，應如何貯存？



注意食品安全

什麼是『交叉污染』？

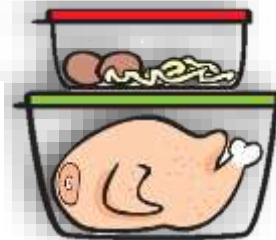
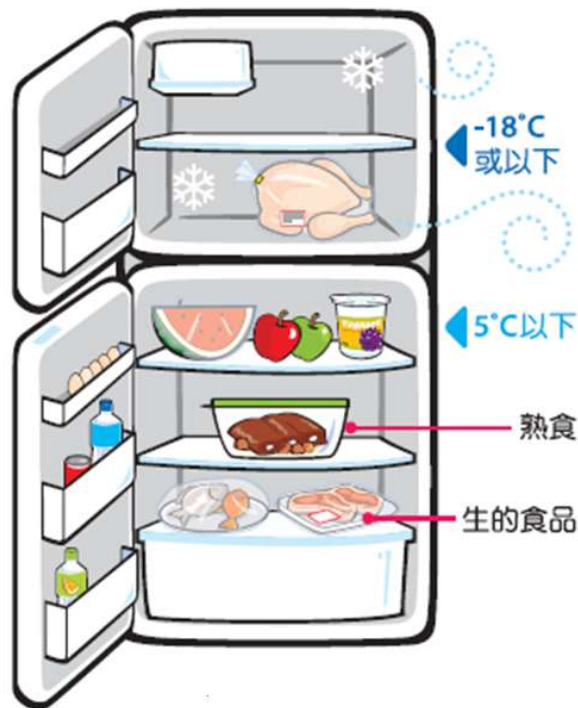


生的食品本身會帶有用肉
眼看不見的**有害微生物**

注意食品安全

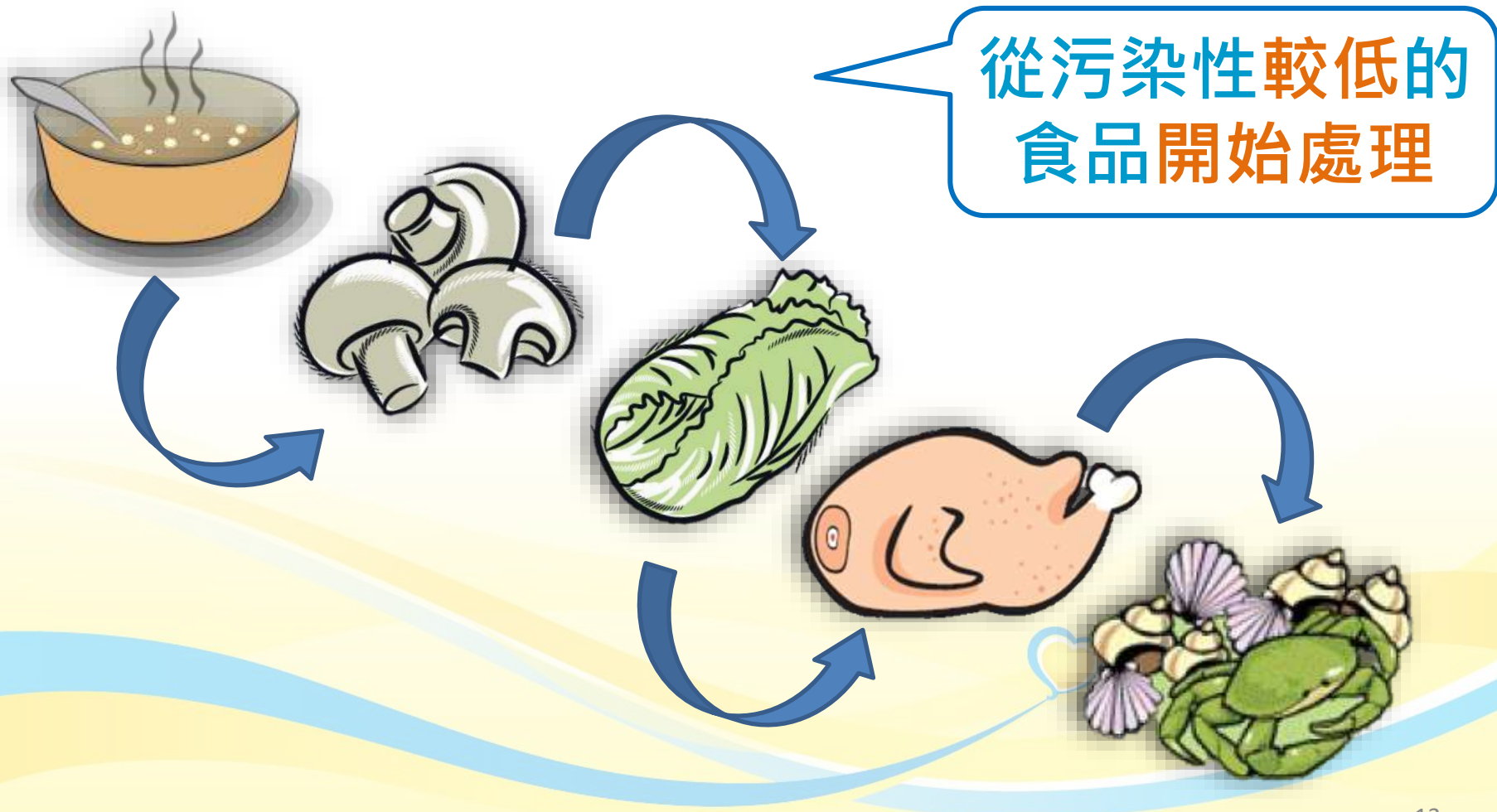
如何避免『交叉污染』？

➤ 生熟食品分開處理



注意食品安全

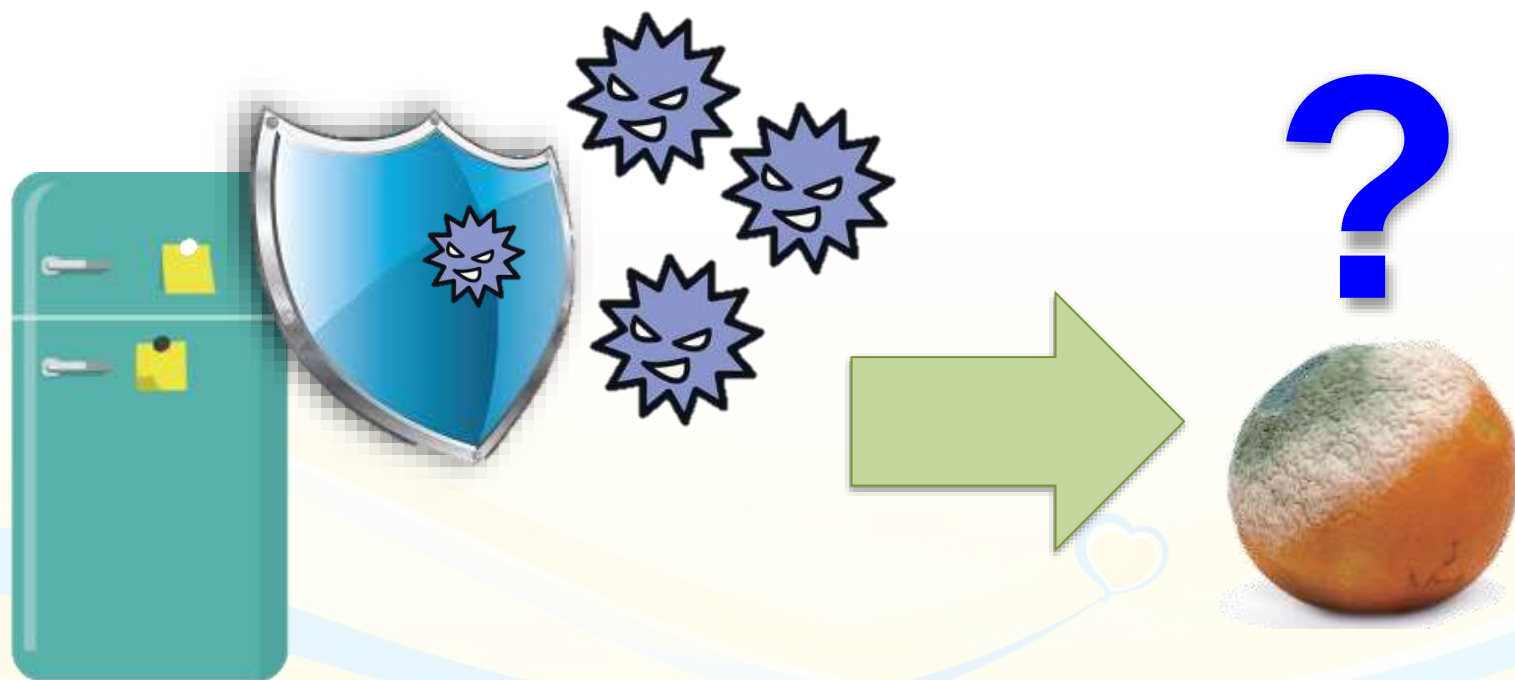
處理食物要**有序**，以減低污染



注意食品安全

雪櫃的功能

普遍人認為：**雪櫃**溫度低，食品放進雪櫃裏存放，既能**保鮮**又能**防菌**



注意食品安全

雪櫃的功能



抑制一般細菌的
生長及繁殖速度

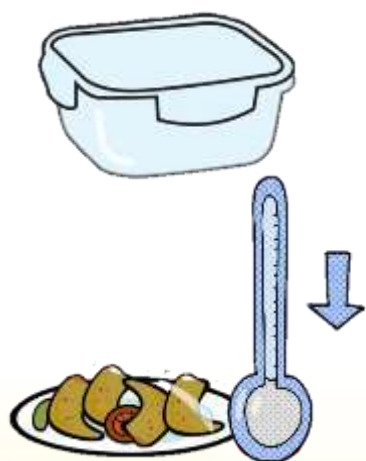


李斯特菌
低溫下仍然能夠
生長繁殖

注意食品安全

正確使用雪櫃的方法

保持空間清潔
及沒有積雪



注意個人衛生 從洗手開始



徹底清潔雙手

- * 進食前
- * 處理食物前
- * 處理生的食物後
- * 如廁後





1.沖濕



2.梘液



3.20秒



4.清洗



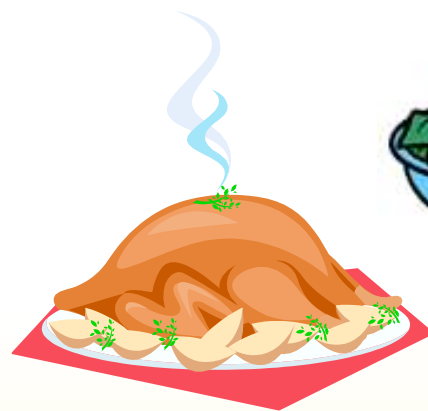
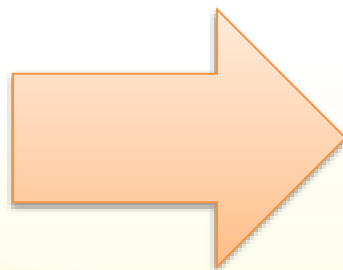
5.抹乾



6.節約用水

食品安全——從農場到餐桌

我們的食物從何而來？



食品安全——從農場到餐桌



農場



運輸



檢疫



市場



處理



餐桌

保障食品安全，三方齊盡責

