

## 食品處理人員正確洗手方法指引

### 目的：

正確的洗手方法是預防食源性疾病的有效方式。本指引旨在提醒業界何時和如何正確洗手，從而降低食源性疾病的風險。

### 適用範圍：

食品生產經營場所之所有食品處理人員。

### 內容：

#### I. 何時需要洗手：

食品處理人員必須在下列情況下清洗雙手：

- 開始處理或再度開始處理食品前；
- 處理熟食／即食食品前和處理生食後；
- 咳嗽或打噴嚏後；
- 觸碰頭髮、鼻子等身體外露的部位後；
- 清潔或處理垃圾後；
- 如廁後；
- 飲食後；
- 抽煙後；
- 接觸動物後。

#### II. 洗手步驟：

1. 弄濕雙手；
2. 加入皂液，用手擦出泡沫；
3. 最少用廿秒時間徹底搓擦手掌、手背、手指、指尖、指縫間和手腕，搓擦時切勿沖水；
4. 搓擦後，用清水將雙手徹底沖洗乾淨；
5. 雙手沖洗乾淨後，用乾淨毛巾\*或一次性抹手紙徹底抹乾雙手，或用乾手機吹乾。



食品安全廳  
Departamento de Segurança Alimentar

\*切勿與別人共用毛巾，而毛巾亦應妥善放置，並每日至少徹底清潔和消毒一次，如能經常替換，則更為理想。

2015年3月