



彙整多元化各式用藥、保健資訊，保障讀者健康權益。

整理／公關部 資料來源／食品藥物管理署「藥物食品安全週報」

## 預防禽流感五原則

近來國內部分縣市禽類養殖場傳出禽流感疫情，由於民眾可能因接觸到受感染禽鳥的排泄物，或吸入其糞便乾燥後的懸浮微粒而感染新型 A 型流感；建議民眾應加強個人衛生習慣，並注意食用肉品、蛋類須煮熟；食藥署為避免民眾把流感病毒吃下肚，提醒民眾選購或處理禽肉及蛋類時，應注意五大原則：

(一) 選購合格標誌產品：不購買違法屠宰的家禽或來路不明的禽類及其製品，應選購有「防檢局屠宰衛生合格」標誌的禽肉。



(二) 勤洗手：預防禽流感最有效且易行的方法就是勤洗手，特別是處理生鮮禽肉與蛋類前後，要記得使用肥皂或洗手乳洗手；另外，如有飼養禽鳥清洗其排泄物時，一定要戴口罩及手套，清潔完畢記得使用肥皂或洗手乳洗淨雙手。

(三) 生熟食分開處理，器具要清洗乾淨：為了避免交叉污染，生食與熟食要分開貯存，處理生食與熟食應使用不同的刀具、砧板與器具，並且要充分清洗乾淨後再使用，避免交叉污染。

(四) 禽肉應完全煮熟才食用：民眾烹調禽肉時，內部溫度需要達到七〇度 C 持續二十分鐘，或者達到八〇度 C 持續一分鐘，烹煮至完全熟透，食用「完全煮熟」的禽肉及蛋類，不會有感染禽流感病毒的危險。

(五) 處理蛋類時應先清洗蛋殼：目前市售的雞蛋可分

為散裝蛋與洗選包裝盒蛋兩種，消費者應選購蛋籃有張貼「雞蛋溯源標籤」的散裝蛋品或具 OVS 等產銷履歷標章的洗選包裝盒蛋；另外，由於蛋殼可能會受到禽類糞便的污染，因此要先清洗蛋殼後再烹煮，並避免食用生蛋和半熟的蛋。

食藥署呼籲，落實上述預防五原則，做好個人衛生，避免接觸禽鳥或自行宰殺禽鳥食用及不購買與食用來源不明之肉品，才能吃得健康與安心。(本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五九六期)

## 外食預防仙人掌桿菌食品中毒

年初台北市傳出集體食品中毒案件，主要症狀為腹瀉。留樣檢體經衛生局檢驗後，檢出仙人掌桿菌。

在顯微鏡下可見仙人掌桿菌的周身佈滿短鞭毛，可在一〇~五〇度 C 中繁殖，最適合生長溫度為三〇度 C。此菌會產生抗熱耐旱芽孢，普遍存在於周遭環境，且極容易經由灰塵及昆蟲傳播而污染食品。由於食品被污染後大多沒有腐敗變質的現象，攝食時不易被察覺。其造成食品中毒的主因是冷藏不夠或保存不當。

食藥署提醒食品業者，調理食品應謹

守「要洗手、要新鮮、要生熟食分開、要注意保存溫度、要徹底加熱」之五要原則，以預防食品中毒事件之發生。

(本文引用自食品藥物管理署「藥物食品安全週報」第五九五期)

