

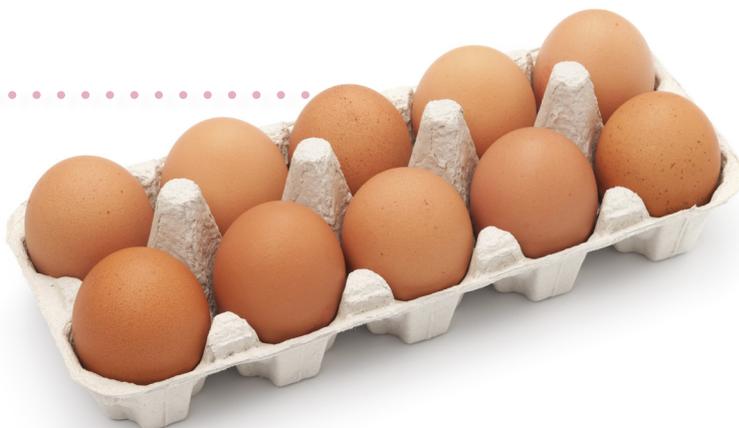
食品安全 — 沙门氏菌

消费者安全食用鸡蛋

近期由食物传播的疾病爆发与使用鸡蛋或蛋类制品制作的食物有关。这些食物要么是没有进行烹制，要么是烹制的时间不够长。例如，含有生鸡蛋的食物有蛋黄酱、蒜泥蛋黄酱、奶油蛋羹、奶酪蛋糕、蛋酒、油炸冰淇淋和摩丝等。

绝对不要使用破裂或有污秽的鸡蛋制作食物。有污秽的鸡蛋在蛋壳上可能会带有有害的沙门氏菌。而破裂的鸡蛋会让有害的沙门氏菌进入鸡蛋内部并生长。然而，如果处理不当，甚至洁净、毫无破损的蛋壳也会造成风险。

当处理鸡蛋和即食食物时还可能造成交叉污染。



提升 对沙门氏菌 的警觉



沙门氏菌

沙门氏菌凸现为最常报道的造成食物传播疾病的微生物媒介，而鸡蛋被指是导致这些疾病的原因。沙门氏菌的感染会导致肠胃炎，与鸡蛋和蛋类制品有关。

任何人都可能感染沙门氏菌，但对特定人群更易引起重症，其中包括怀孕妇女、年幼儿童、老年人和免疫系统减弱的人。

沙门氏菌食物中毒的症状包括头痛、发烧、胃痉挛、腹泻、恶心和呕吐，这些症状可能会持续数日或数周时间。

蛋类安全

不要清洗鸡蛋

当鸡蛋潮湿时，蛋壳更具有渗水性。这更容易将蛋壳上污秽和羽毛上所带的细菌渗入到鸡蛋里面去。

贮藏鸡蛋

当贮藏鸡蛋时：

- 鸡蛋和蛋类制品应该贮藏在冰箱的底部，这样可以尽量减少有害的沙门氏菌生长的风险。
- 对用来野餐或一日游的含有生鸡蛋的食物，应存放在隔热的旅行冰箱中，并在内放入足够的冰块、冰砖或冷冻的果汁盒，保持其冷藏。
- 不要将隔热的旅行冰箱放在汽车的后备箱中 - 把它放在开空调的车内

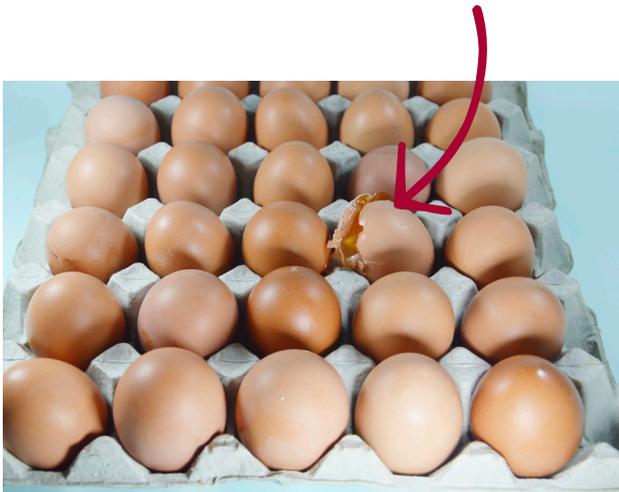


记住

重要的是不要把含有生鸡蛋的食品放在冰箱外总时间达两小时以上。如果在一天内无法用完，要将其扔掉。

尽量降低含生鸡蛋食品的风险

- 在购买鸡蛋前，打开蛋盒检查蛋壳是否干净，并无裂缝
- 仅在要食用的当日制作含有生鸡蛋制品的食物
- 将准备好的鸡蛋放在冰箱内直到你准备使用时
- 绝对不要将含有生鸡蛋的食物拿出冰箱超过两小时
- 如果食物没有在一天内吃完，要将其扔掉
- 为避免交叉污染，装破损鸡蛋的蛋盒要扔掉，不要用来重新再装鸡蛋



记住

在处理鸡蛋之前或之后，要将双手洗净并擦干。



交叉污染

你需要确保鸡蛋或蛋制品与其他食物间没有交叉污染。为尽量减少交叉污染，切割不同种类的食物要使用不同的砧板。

砧板在每一次使用过后，要彻底用热肥皂水洗净。

处理鸡蛋

当处理鸡蛋时应采取以下预防措施：

- 避免不必要的碰触鸡蛋
- 当打破鸡蛋时，尽量减少蛋壳和 蛋黄、蛋白的接触
- 确保在处理过鸡蛋或蛋类制品后，洗净器皿、用具和其他像工作台等与食物接触的表面，并对其进行消毒

确保 高卫生标准



分开蛋黄和蛋白

为减少交叉污染，不应该使用蛋壳将蛋白和蛋黄分开，因为蛋壳表面的沙门氏菌可能会被污染到蛋白和蛋黄。

用裸手将蛋白和蛋黄分开也会有风险，因为手可能会被沙门氏菌所污染，从而造成交叉污染。使用消毒过的鸡蛋分离器，这样如果蛋壳上有沙门氏菌，就不会污染到蛋白和蛋黄。



更多信息

昆士兰卫生部 - 健康条件指南：
conditions.health.qld.gov.au

健康咨询：

- 联系你的当地医生或最近的公共卫生诊所
- 拨打 13 43 25 84

www.health.qld.gov.au

