

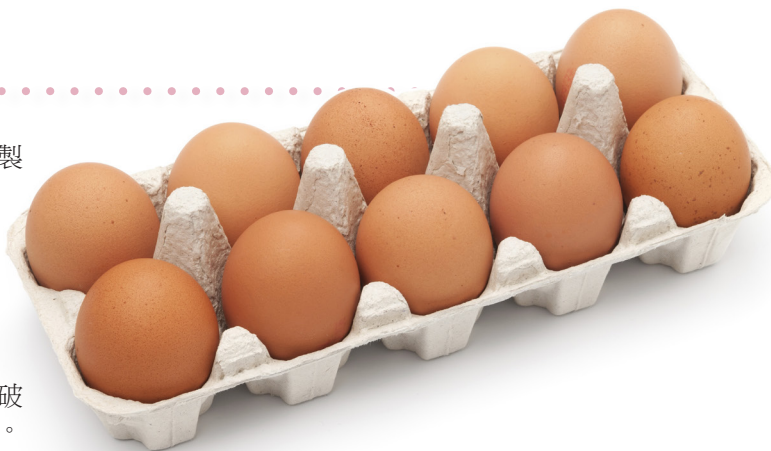
# 食品安全 — 沙門氏菌

## 消費者安全食用雞蛋

近期由食物傳播的疾病爆發與使用雞蛋或蛋類製品製作的食物有關。這些食物要麼是沒有進行烹製，要麼是烹製的時間不夠長。例如，含有生雞蛋的食物有蛋黃醬、蒜泥蛋黃醬、奶油蛋羹、乳酪蛋糕、蛋酒、油炸霜淇淋和摩絲等。

絕對不要使用破裂或有污穢的雞蛋製作食物。有污穢的雞蛋在蛋殼上可能會帶有有害的沙門氏菌。而破裂的雞蛋會讓有害的沙門氏菌進入雞蛋內部並生長。然而，如果處理不當，甚至潔淨、毫無破損的蛋殼也會造成風險。

當處理雞蛋和即食食物時還可能造成交叉污染。



## 提升 對沙門氏菌 的警覺



## 沙門氏菌

沙門氏菌凸現為最常報導的造成食物傳播疾病的微生物媒介，而雞蛋被指是導致這些疾病的原因。沙門氏菌的感染會導致腸胃炎，與雞蛋和蛋類製品有關。

任何人都可能感染沙門氏菌，但對特定人群更易引起重症，其中包括懷孕婦女、年幼兒童、老年人和免疫系統減弱的人。

沙門氏菌食物中毒的症狀包括頭痛、發燒、胃痙攣、腹瀉、噁心和嘔吐，這些症狀可能會持續數日或數周時間。

## 蛋類安全

### 不要清洗雞蛋

當雞蛋潮濕時，蛋殼更具有滲水性。這更容易將蛋殼上污穢和羽毛上所帶的細菌滲入到雞蛋裡面去。

### 貯藏雞蛋

當貯藏雞蛋時：

- 雞蛋和蛋類製品應該貯藏在冰箱的底部，這樣可以儘量減少有害的沙門氏菌生長的風險。
- 將雞蛋放在原來標有使用日期的蛋盒內儲存在冰箱中。
- 對用來野餐或一日遊的含有生雞蛋的食物，應存放在隔熱的旅行冰箱中，並在內放入足夠的冰塊、冰磚或冷凍的果汁盒，保持其冷藏。
- 不要將隔熱的旅行冰箱放在汽車的後備箱中 - 把它放在開空調的車內。

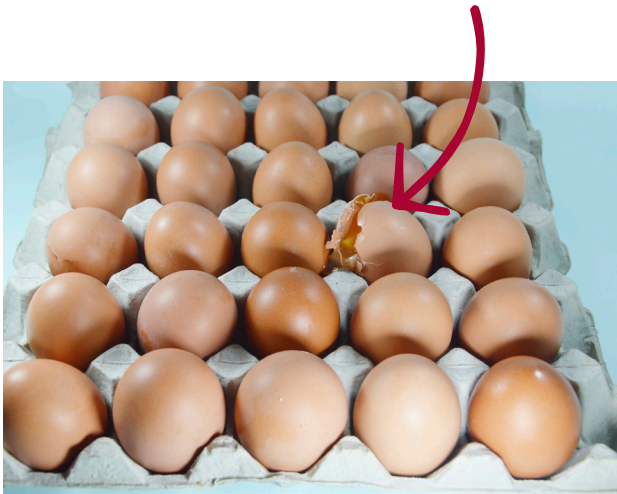


### 記住

重要的是不要把含有生雞蛋的食品放在冰箱外總時間達兩小時以上。如果在一天內無法用完，要將其扔掉。

## 儘量降低含生雞蛋食品的風險

- 在購買雞蛋前，打開蛋盒檢查蛋殼是否乾淨，並無裂縫
- 僅在要食用的當日製作含有生雞蛋製品的食物
- 將準備好的雞蛋放在冰箱內直到你準備使用時
- 絕對不要將含有生雞蛋的食物拿出冰箱超過兩小時
- 如果食物沒有在一天內吃完，要將其扔掉
- 為避免交叉污染，裝破損雞蛋的蛋盒要扔掉，不要用來重新再裝雞蛋



### 記住

在處理雞蛋之前或之後，要將雙手洗淨並擦乾。



## 交叉污染

你需要確保雞蛋或蛋製品與其他食物間沒有交叉污染。為儘量減少交叉污染，切割不同種類的食物要使用不同的砧板。

砧板在每一次使用過後，要徹底用熱肥皂水洗淨。

## 處理雞蛋

當處理雞蛋時應採取以下預防措施：

- 避免不必要的碰觸雞蛋
- 當打破雞蛋時，儘量減少蛋殼和 蛋黃、蛋白的接觸
- 確保在處理過雞蛋或蛋類製品後，洗淨器皿、用具和其他像工作臺等與食物接觸的表面，並對其進行消毒

## 確保 高衛生標準



### 分開蛋黃和蛋白

為減少交叉污染，不應該使用蛋殼將蛋白和蛋黃分開，因為蛋殼表面的沙門氏菌可能會被污染到蛋白和蛋黃。

用裸手將蛋白和蛋黃分開也會有風險，因為手可能會被沙門氏菌所污染，從而造成交叉污染。使用消毒過的雞蛋分離器，這樣如果蛋殼上有沙門氏菌，就不會污染到蛋白和蛋黃。



## 更多資訊

昆士蘭衛生部 - 健康條件指南：  
[conditions.health.qld.gov.au](http://conditions.health.qld.gov.au)

健康諮詢：

- 聯繫你的當地醫生或最近的公共衛生診所
- 撥打 13 43 25 84

[www.health.qld.gov.au](http://www.health.qld.gov.au)

