

# 食品安全概述

## 食源性病原体

- 细菌和病毒导致大多数食源性疾病
- 影响病菌滋生的因素：
  - 食物 (蛋白含量高)
  - 酸性
  - 时间
  - 温度 (华氏 41 度 – 华氏 135 度)
  - 氧气
  - 湿度 (水活度水平)
- 时间-温度安全控制 (TCS)  
食品, 亦称有潜在危险的食物 (PHF):  
当温度合适时, 湿润、富含蛋白质的食物, 可支持病原体生长
- 病原体可以在饼干类的无害食品上存活, 但通常不会繁殖

### 食源性疾病的症状

呕吐  
腹泻  
发烧或喉咙痛  
黄疸 (甲型肝炎)  
伤口病变/感染

有任何食源性疾病症状或确诊的患者, 请勿经手处理食物、干净设备或清理餐具

### 交叉感染的预防

#### 养成良好的卫生习惯

- 穿戴干净衣物及头罩
  - 请勿用毛巾、围裙或衣服擦手
  - 修剪指甲, 保持其清洁
  - 将个人饮食盖好并储存于不会让食材和干净设备受污染的地方
- 分别使用不同的案板处理生肉、熟肉和蔬菜
  - 根据安全烹饪温度的要求储存食材: 即食食品 (RTE) 在最上面 (蔬菜, 水果, 完全煮熟的食物), 接下来是海鲜, 牛排, 猪排骨, 绞肉, 而塞馅肉和禽类在最下面
  - 所有的即食食品都需标注日期和时间, 并在备用七天后作废
  - 轮换储藏食物产品位置以将最久的食物最先使用
  - 有鼓胀/凸出或严重凹陷的罐头应被丢弃
  - **切勿赤手触摸各类即食食品!** 请使用熟食薄纸、一次性手套、炒菜铲、叉子、厨钳, 等。

