

食安危機 你我都可能處在風險中

2024 年上半年還沒過完，陸續從 2、3、4 月就爆發多場嚴重的食安問題。2 月蘇丹紅事件、3 月寶林茶室-邦克列酸(米酵菌酸)中毒事件及日本小林製藥紅麴、4 月王品集團旗下「初瓦」、「嚮辣」相繼出現民眾用餐後不適症狀。統整至 4 月所發生的所有食安問題，外食族確實每餐都處在風險中。

近期國內腹瀉疫情上升，群聚增加，民眾應注意手部衛生與飲食安全

| 發布日期：2024-04-16

疾病管制署(下稱疾管署)今(16)日表示，近期國內腹瀉就診人次上升，餐飲、旅宿業腹瀉群聚事件頻傳，其中檢出病原以**諾羅病毒**為主。由於諾羅病毒傳染力強，只需極少的病毒量便可傳播，故容易引發群聚感染，提醒民眾務必留意手部衛生與飲食安全，如有腹瀉情形，待症狀解除至少 48 小時以後再恢復上班上學，以降低病毒傳播的風險。

疾管署監測資料顯示，國內上週(4 月 7 日至 13 日)腹瀉門急診就診累計 139,848 人次，較前一週 120,868 人次上升 15.7%，與去年同期相當；另全國近四週(第 12 至 15 週)共接獲 203 起腹瀉群聚通報案件，高於去年同期(54 起)，發生場所以餐飲旅宿業最多，其中病原體檢出陽性案件計 56 起，以檢出諾羅病毒為主(45 件，佔 80%)。

疾管署提醒，諾羅病毒常透過**糞口途徑傳染**，傳染途徑包含未保持良好之衛生習慣、和患者密切接觸、接觸或食用患者的嘔吐物或排泄物污染的食品，故民眾在烹製食物時應使用安全的食材來源、食品調理過程應符合衛生條件。

疾管署表示，由於諾羅病毒目前無特效藥可治療，民眾如**出現噁心、嘔吐、腹瀉、腹絞痛、發燒等症狀**，建議充分休息並補充水分、電解質及營養，至嘔吐或腹瀉等症狀解除至少**48 小時後，再恢復上學或工作**，且為降低病原傳播的風險，受病患污染的衣物、床單應立即更換，馬桶、門把等器物表面如被污染，應用 20cc 漂白水加 1 公升清水擦拭；處理患者嘔吐物及排泄物前應戴上手套與口罩，並用 100cc 漂白水加 1 公升清水消毒清理。

疾管署呼籲，民眾如廁後、進食或準備食物前應落實勤洗手；烹製菜餚應選擇新鮮食材，注意食材衛生與保存，避免食用未充分加熱的蛋、肉類，或生食貝類水產品；生熟食應分開處理。有疑似症狀者(尤其是餐飲業廚工)應在家休息，如需外出者，應配戴口罩，避免傳染給他人。相關資訊可至疾管署全球資訊網(<https://www.cdc.gov.tw>)，或撥打免付費防疫專線 1922 (0800-001922) 洽詢。

資料來源：衛生福利部疾病管制署

<https://www.cdc.gov.tw/Bulletin/Detail/GnNj05z520Zu8fQcLQjT7Q?typeid=9>

外食好危險？！自行製備食材需注意哪些重點

最後，還是需要一再提醒！「冰箱的**冷藏 / 凍**只能**抑**菌，並**無法滅**菌」料理過的食材冷藏最多 1 至 2 天，不要超過 3 天，冷凍期限也頂多一個月，過期就要處理掉。重點在剩菜或隔夜菜再復熱時，中心溫度**須達 70°C 以上**，可消滅大部分病菌。無論用何種方式，復熱以一次為宜。隔夜飯 / 菜必須充分加熱，避免食物中毒的風險。



菜品只要降溫到不燙手就可以冰進冰箱，並不會因為熱熱的進冰箱而壞掉 !!!