



本期內容

食物業 安全廣播站

第 99 期

2024 年 12 月 號
食物安全中心出版
與食物業界一同進步

專題特寫

食物守護者： 食物監測計劃的重要角色

維護食物安全是每個人的責任。消費者和食物業應將食物安全五要點應用在日常生活中，以預防食源性疾病。食品法典委員會為食物監管系統提供了詳盡的原則和指引。食品法典委員會指出，一個有效的食物監管系統對確保食物適合消費者安全食用和食品貿易能公平進行是不可或缺的。此外，食物監測是加強食物安全和公眾健康的大規模食物監管系統的重要組成部分。此系統涵蓋高風險食物的進口協議、法規及標準等上游措施，以及食物監測等下游行動，各環節互相協作。

食品法典委員會提倡採取在食物鏈各個環節進行食物檢測的方式，作為有效食物監管系統的重要原則，確保從農場到餐桌的不同階段進行監察，以期在食品供給消費者前積極找出和減低風險。食物監測措施因應各地獨有的挑戰、規管環境、對國際標準的遵從程度及發展水平而在實踐上差異很大。



香港的食物監測

食物監測涉及對食物供應鏈持續進行監察和評估，以找出和應對與食物安全相關的風險。此主動的方法有助於在潛在危害造成傷害之前識別它們，確保可迅速實行糾正措施。監測數據對風險評估和管理非常重要，可為決策提供指引，有助制定規管重點的優先順序。

在本港，食物監測計劃每年約對65 000個食物樣本進行安全測試，相等於每1 000人抽取9個樣本，抽樣率與其他司法管轄區相比屬較高。要保障市民健康，必須進行嚴密監察，在食物監測計劃發現任何不良後果時立即採取風險管理行動。

食物安全中心食物監測計劃的主要特點



食安中心全年不間斷從進口、批發及零售／飲食供應等各個層面抽取食物樣本。在邊境設立的食物管制辦事處能確保由通過不同渠道進口的食物中適時抽取樣本。此外，食安中心有系統地從批發市場、零售點、食物製造廠及餐廳抽取樣本。隨着網上購物的興起，現時部分零售樣本是購自網上平台，以反映消費者網上購物行為的變更。

食物安全中心的食物監測計劃系統監察的食物種類和潛在風險廣泛，顧及季節性的差異，包含日常食品、專項食品及時令食品監測計劃。日常食品監測涵蓋主要食物類別如蔬菜、水果、家禽、水產、乳製品及蛋類，確保有關食物符合食物安全標準。專項食品監測針對特定風險，例如在鮮肉中非法添加二氧化硫或在嬰兒奶粉中發現阪崎氏克洛諾菌。時令食品監測配合文化節慶或時令飲食習慣，如於端午節期間檢驗粽子或在中秋節檢測月餅，確保這些食物在食用高峰期的食物安全。

專題特寫

食物守護者：食物監測計劃的重要角色

食安仔教室

1. 食物中的甲氧滴滴涕
2. 安全使用煎炸油

食肆現場

精明選擇粥品，避免鈉攝取量過高

安樂查飯+業界講座+食安法例

- 「安樂查飯」計劃介紹
- 2025年度食物業界講座
- 攜帶沒有衛生證明書的生野味、肉類、家禽及蛋類(全熟蛋除外)入境均屬違法

中心動向

1. 食安中心舉辦有關處理即食食物網上研討會
2. 食環署致力提升旅行團膳食服務的食物安全
3. 第八十六次業界諮詢論壇

問問食安小隊

生蠔之食物安全隱患

增值小測試

食安仔忙甚麼？

未經巴士德消毒的乳製品的風險

編輯委員會

- 主管 (風險傳達)
3 名科學主任
總監 (風險傳達)
衛生總督察 (食物安全推廣)
高級衛生督察 (食物安全推廣)
5 名衛生督察 (食物安全推廣)

按風險為本原則抽取樣本及選擇測試

選擇食物樣本和測試項目時，採取的是按風險為本的原則，高風險食物、以往不合格樣本、本地或海外的食物事故報告、情報及備受公眾關注的事項較為優先。食安中心定期會進行內部檢討，以應對新的法例與標準。測試範圍包括化學、微生物及輻射危害，涵蓋食物添加劑及污染物，以至病原體及輻射項目，以及抗菌素耐藥性細菌（圖）。

食物監測計劃在實行前會交予經食物安全專家委員會覆核。此外，一個工作小組負責專注應對通過網上平台購買食物所帶來的獨特挑戰，調整監測方法以適應現時的購物趨勢。這些監測行動的結果及工作小組的進展定期會向立法會食物安全及環境衛生事務委員會彙報，有助增加透明度並持續改善食物安全措施。

抽取食物樣本的層面 Checkpoints for food sampling



測試項目 Testing parameters

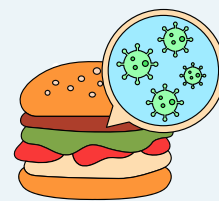


圖：食物安全中心食物監測計劃監察來自不同層面的食物，涵蓋各類食物安全範疇

食物監測計劃如何保障食物安全

食物監測計劃是食物安全架構重要的一環，按風險為本原則進行監察，從而確保食物安全及符合標準。食物監測計劃不但有系統地收集不同類別的食物樣本進行病原體、化學物殘餘及毒素等污染物的分析，還加強監管對法例規定的遵從和檢控不符合規定的人士。執法對配合新的規例尤為重要。此外，食物監測計劃支援風險管理和風險傳達策略，通過清晰的匯報和發布以確保市民迅速獲悉重要食物安全資訊。當樣本沒有達到安全標準時，便會通過新聞公報、社交媒體及其他平台傳達有關訊息。其他風險管理措施包括追查來源、產品回收、通報原產地及暫停進口等也會實施。此外，食安中心會定期向市民發布食物安全報告。

總括而言，食安中心通過嚴謹的監測、確保食物遵循法例規定並迅速採取行動應對不合格測試結果的任何問題，維護食物安全。此既積極又全面的方式對預防食源性疾病、保障市民健康至關重要。



1. 食物中的甲氧滴滴涕



甲氧滴滴涕是一種有機氯除害劑，目前多個國家已禁止作農業用途。甲氧滴滴涕在環境中的殘留期長，而且極具遠距離環境遷移的潛力。食物安全中心已進行一項風險評估研究，以估算本港成年人從膳食攝入甲氧滴滴涕的分量，以及評估相關的健康風險。

有關研究結果顯示，本港成年人從膳食攝入甲氧滴滴涕的分量遠低於聯合國糧食及農業組織／世界衛生組織農藥殘留聯席會議訂定的每日可攝入量（即每公斤體重100微克的每日可攝入量）。因此，本港成年人在一般進食情況下因攝入甲氧滴滴涕而對健康造成影響的機會不大，故市民無須改變基本的健康飲食習慣。



要有效清除殘留在農產品的除害劑，同時保留農產品本身的營養價值，市民可用流動的清水徹底沖洗農產品，用清潔的刷子刷洗表層堅硬的農產品，以去除污垢和其他物質（包括除害劑和污染物）。

2. 安全使用煎炸油

煎炸^{註1}是一種流行的烹調方法，可為食物增添酥脆和金黃的色澤。在油炸時可採取一些步驟，以減少不良的化學反應，並提升食物安全和品質。

選用單元不飽和脂肪酸含量較高的油，例如菜籽油及高油酸葵花籽油，因為這些油在高溫下較為穩定。應盡量減少食物中的水分，並避免在食物表面沾上多餘的炸漿和麵包糠塗層。應把油溫保持在攝氏150-180度之間，因為油溫過高會加快食油分解，繼而加速產生縮水甘油脂肪酸酯(GE)及氯丙二醇脂肪酸酯(3-MCPDE)等加工過程污染物，而油溫過低則會增加食物的吸油量。在閒置時，應將油的溫度降至攝氏120-130度。關掉爐具時，應把油蓋好，以減少油與光線及空氣的接觸。定時清理炸爐中的殘渣並清潔炸爐。煎炸油若有異常顏色或氣味，或開始冒煙或出現泡沫，便應更換。



註1: 如果你想了解更多有關「煎炸油使用貼士」的資訊，請瀏覽以下網頁或掃描旁邊的二維碼。

https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/multimedia/multimedia_pub/multimedia_pub_fsf_160_02.html



精明選擇粥品，避免鈉攝取量過高



食物安全中心（食安中心）於上月公布中式粥品的鈉含量研究調查結果。儘管沒有樣本達“高鈉”水平（即每100克含多於600毫克鈉），但由於粥的分量通常頗大，食用某幾款粥品（例如一碗豬腩粥）的鈉攝取量可能已達世界衛生組織（世衛）建議的每日攝取量上限。在本文中，我們會探討如何減少鈉攝取量，並以較健康的方式食用這種受歡迎的傳統中式食物。

世衛有關減少攝取鈉的指引



鈉攝取量過高與高血壓有密切關係，而高血壓是導致心血管疾病及中風等非傳染病的風險因素。世衛建議，成年人每日的鹽攝取量應少於5克（即約2,000毫克鈉）。根據衛生署進行的《二零二零至二零二二年度人口健康調查》，本港15至84歲人士每日的鹽攝取量為8.5克（即約3,400毫克鈉），超出世衛成年人每日鹽攝取量的建議水平。因此，減少膳食中鈉的攝取量對本港市民很重要。

有關中式粥品的鈉含量的風險評估研究

研究內容

食安中心從本地中式食肆、快餐店和粥品店收集了174個樣本，當中包括12款有配料的中式粥品，以及可供選擇的白粥底和有味粥底，並分析各樣本中的鈉含量。研究結果載於表。所有有配料粥品樣本的鈉含量介乎每100克含33毫克至460毫克之間，平均鈉含量為每100克含270毫克。研究發現同款的粥品樣本其鈉含量存在甚大差異。有關結果顯示業界有減低這些粥品的鈉含量的空間。白粥底的鈉含量遠低於有味粥底，顯示選用白粥而非有味粥作為製作有配料粥品的粥底，能大幅減少進食粥品所攝取的鈉。

鈉含量最高的粥款

豬腩粥、雞粥、及第粥和皮蛋瘦肉粥的平均鈉含量最高，原因很可能是肝臟及其他內臟本身鈉含量較高，而且在醃製雞肉、豬肉和其他肉類配料時，通常會使用較多調味料。

鈉含量最低的粥款

南瓜粥、魚片粥／魚腩粥和粟米粥的平均鈉含量最低，因為蔬菜配料和魚肉一般不會在烹煮前調味／醃製，而用於煮粥的魚柳通常只會加入薑和香料。



| | 粥品款式 | 平均鈉含量[範圍] (毫克 / 100克) | 每碗粥的平均 鈉攝取量(毫克) | 佔世衛建議每日鈉攝 取量上限(2000毫克) 的百分比 |
|----|-----------|--------------------------|--------------------|-----------------------------------|
| 1 | 皮蛋瘦肉粥 | 290 [250-350] | 1600 | 80% |
| 2 | 柴魚花生粥 | 240 [33-400] | 1200 | 60% |
| 3 | 艇仔粥 | 270 [220-340] | 1500 | 75% |
| 4 | 及第粥 | 290 [250-350] | 1800 | 90% |
| 5 | 魚片粥 / 魚腩粥 | 220 [170-260] | 1300 | 65% |
| 6 | 豬紅粥 | 270 [170-360] | 1500 | 75% |
| 7 | 牛肉粥 | 260 [170-320] | 1400 | 70% |
| 8 | 鯪魚球粥 | 280 [250-340] | 1600 | 80% |
| 9 | 豬腳粥 | 330 [230-460] | 2000 | 100% |
| 10 | 雞粥 | 300 [240-390] | 1800 | 90% |
| 11 | 粟米粥 | 220 [160-310] | 1200 | 60% |
| 12 | 南瓜粥 | 180 [130-240] | 940 | 47% |
| A | 白粥底 | 8.6 [3.5-37] | 43 | 2% |
| B | 有味粥底 | 110 [6.4-300] | 1000 | 50% |
| | 合計 | 3.5 - 460 | 43 - 2000 | 2% - 100% |

表: 每碗粥的鈉含量和攝取量 (佔世衛建議每日鈉攝取量上限的百分比)

如何以較健康的方式減少食用粥品時的鈉攝取量

享用粥品時可以較健康的方式避免攝取過量鈉：選用鈉含量較低的配料如魚肉和蔬菜；減少選用鈉含量高的內臟和肉類；如粥品分量大，亦可與他人分享；要求白粥底而非有味粥底，可大幅減少進食粥品所攝取的鈉。業界應盡量減少使用鹽和調味料配製粥底及配料，向消費者提供分量較少的粥品選擇，並在標準的有味粥底外提供只加入少許或不加鹽的白粥作為粥底，供消費者選擇。此外，在家配製粥品時減少用鹽或調味料，也是控制及減低鈉攝取量的好方法。





圖：作出健康選擇以減少進食粥品所攝取的鈉：選用鈉含量較低的配料如魚肉和蔬菜、選用只加入少許或不加調味料的白粥作為粥底及進食分量較少的粥品



給業界的建議

- 參考食安中心的《降低食物中鈉含量的業界指引》，改良粥底的製作方法，以減少粥底和有配料粥品的鈉含量（例如：選用鈉含量較低的配料，以及使用天然配料調味和醃製食物）。
- 提供只加入少許或不加調味料的白粥作為烹煮有配料粥品的粥底，供消費者選擇。
- 除提供標準分量的粥品外，可提供分量較少的粥品，讓消費者按需要選擇。





安樂查飯
SAFE KITCHEN

「安樂查飯」計劃介紹

**安樂查飯+業界講座
+食安法例**

為了促使業界遵守「食物安全五要點」及良好的衛生規範，以及在日常營運中做好食物安全工作，食安中心整合了現有的風險傳達渠道，推出全新的「安樂查飯」食物業界溝通平台，以提供更實用和配合食肆營運需要的食安資訊。

「安樂查飯」平台以WhatsApp、電子郵件及專題網頁等形式，向業界傳達最新的食安信息(包括食安指引及法例的修訂內容)，並會因應食肆發生的食物中毒事故發出警報，提醒業界須注意的事項，以免重蹈覆轍，從而減低食物中毒的風險。

在「安樂查飯」計劃下，食安中心將陸續推出新的專題網頁和風險資訊交流平台，並會為業界編訂適切的教材，以及為廚房職工舉辦工作坊，以提高他們的食安和衛生意識。歡迎業界人士掃描左邊的二維碼，下載「安樂查飯」計劃登記表格，以適時接收最新的食安資訊。



業界講座

2025年度食物業界講座



食安中心由2025年3月至10月期間舉辦2025年度食物安全講座及“良好衛生規範”工作坊，向食物業從業員宣傳處理食物的正確方法，以期透過飲食業的積極參與，以及政府與業界的通力合作，共同推廣“良好衛生規範”，並推動業界在食物製造過程中實行“食物安全計劃”，以提升食物安全水平。

講座以粵語進行，參加者會獲發出席證書。詳情可掃描旁邊的二維碼。



食安法例

攜帶沒有衛生證明書的生野味、肉類、家禽及蛋類(全熟蛋除外)入境均屬違法

根據香港法例第132AK章《進口野味、肉類、家禽及蛋類規例》，凡任何人攜帶野味、肉類、家禽或蛋類入境而沒有原產地發證實體簽發的衛生證明書及／或沒有食物環境衛生署的事先書面批准，均屬違法。違例者一經定罪，可被罰款港幣50,000元及監禁6個月。

旅客應注意，在一般情況下，各地發證實體只會向食物業人士簽發衛生證明書作商業用途。任何人如有意申領衛生證明書以攜帶野味、肉類、家禽或蛋類入境，應向來源地有關發證實體查詢；如有關發證實體訂有簽發衛生證明書予個別人士的安排，則應向其提出申請。真空/錫紙包裝亦受規管。

**攜帶沒有衛生證明書
的生野味、肉類、
家禽及蛋類入境**

均屬違法



香港法例第132AK章《進口野味、肉類、家禽及蛋類規例》

違例者一經定罪，
可被罰款港幣50,000元及監禁6個月。
旅客如攜帶生野味、肉類、家禽及蛋類，
須在入境時向海關人員申報。

真空/錫紙包裝亦受規管

網址: www.cfs.gov.hk



1



食安中心舉辦有關處理即食食物網上研討會

食物安全中心（中心）致力確保食物安全。為提升食物製造廠製作即食食物員工的食物安全知識，中心在9月5日舉辦了一場網上研討會，提醒食物從業員應執行《良好衛生規範》，並時常保持良好的個人及環境衛生。

假如你想了解更多有關「即食食物」的知識，請掃描旁邊的二維碼。



2

食環署致力提升旅行團膳食服務的食物安全



食物環境衛生署（食環署）展開特別行動，參考旅遊業監管局提供的名單，巡查全港多區為旅行團提供服務的食物業處所，以提升膳食服務商的食物安全和衛生意識。

自九月十二日起，食物安全中心（食安中心）聯同環境衛生部進行相關巡查，以確保處所負責人在處理和製作食物時遵守相關牌照條件及符合法例訂明的衛生標準。行動期間，食環署人員亦向處所負責人和員工提供食物安全和衛生教育，並抽取食物樣本化驗。

此外，食安中心在九月十三日聯同旅遊業監管局舉辦了網上健康講座，為旅行團膳食服務供應商提供製作食物的安全建議，提醒他們時刻保持良好的個人、食物和環境衛生，並鼓勵他們遵從良好衛生規範及根據「食物安全重點控制」系統制定食物安全計劃。

食環署會繼續監察有關情況，並與相關持分者保持緊密聯繫，以保障公眾健康及確保食物安全標準得以秉持。

假如你想了解更多有關「食物安全焦點」，請掃描旁邊的二維碼。





3 第八十六次業界諮詢論壇

食安中心在9月20日舉辦了第八十六次業界諮詢論壇，議題包括食物回收計劃的食物安全指南、預先包裝食物的食物標籤與營養標籤、使用港珠澳大橋進口鮮活食物、香港製造食品進入內地市場的便利通關安排及推薦食品生產商註冊申請（適用於出口往內地的指定18類食品）收費調整等與業界交流意見。有關活動的詳情，請瀏覽網址：

https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/Notes_and_Presentation_Materials_TCF86_20240920.html





生蠔之食物安全隱患

市面上嘅生蠔大致可分為全殼或半殼，同埋預先去殼嘅生蠔，例如桶蠔及盒裝生蠔。由於蠔以過濾海水嘅方式進食，如果蠔生長嘅水域帶有病原體（例如諾如病毒等），蠔隨時因此受病原體污染！

值得留意嘅係：預先去殼嘅生蠔，微生物風險比帶殼嘅生蠔更高，原因係生蠔係生產過程中，蠔肉可能暴露喺多重人手或機械操作，容易造成交叉污染。仲有，生蠔係脫殼後就會死，蠔肉亦因而較易腐壞。一旦係運送或貯存蠔肉期間無妥善控制溫度，蠔肉可以喺短時間內急速變壞，大量病菌繁殖，增加令人食物中毒嘅機會！

生食嘅蠔無經過烹煮，無法消滅致病菌同病毒，自然有一定嘅微生物風險。孕婦、幼童、長者、免疫力弱人士等高危人士，千祈要避免進食生或未徹底煮熟嘅蠔啊！

要有效消滅可能存在於蠔嘅病原體，最有效方法係將佢徹底煮熟（加熱到中心溫度達攝氏90度並維持90秒）。如果真係要食生蠔，一定要光顧可靠嘅持牌店舖或食肆，售賣生吃海鮮（例如蠔）須獲得食環署署長嘅書面許可／批准。





1



本港成年人從膳食攝入甲氧滴滴涕的分量是否超過聯合國糧食及農業組織/世界衛生組織訂定的每日可攝入量？

- a) 是
- b) 否
- c) 文中沒有提及
- d) 無從判斷



2

預先去殼的生蠔(例如桶蠔及盒裝生蠔)相比帶殼生蠔，其微生物風險是？

- a) 較低
- b) 相同
- c) 較高
- d) 無從比較



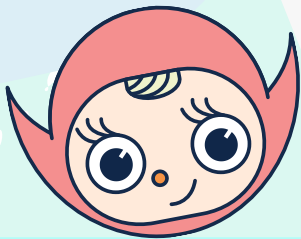
3

粥品中鈉含量最高的是哪一款？

- a) 南瓜粥
- b) 魚片粥/魚腩粥
- c) 豬腩粥
- d) 粟米粥



食安仔忙甚麼？



未經巴士德消毒的 乳製品的風險

未經巴士德消毒的奶類及奶類產品本質上屬高風險，因為它們可能含有食源性病原體。過去海外曾發生與生乳中的大腸桿菌、沙門氏菌、李斯特菌、彎曲菌等感染有關的爆發事故。最近於2024年4月初，美國出現首宗在乳牛當中爆發高致病性禽流感(HPAI) A(H5N1)病毒（“H5N1禽流感”）事故，及後再出現一宗疑似通過接觸乳牛感染病毒的單人病例，引起了人們對食物安全的擔憂。

關於食物安全，部分海外有關當局呼籲公眾不要進食未經巴士德消毒或沒有徹底煮熟的奶類及其奶類產品（如生乳、生乳芝士），包括來自懷疑或證實受高致病性禽流感感染的動物的奶及其奶類產品。經巴士德消毒或滅菌程序均確認能滅活或殺滅奶類及奶類產品中包括高致病性禽流感在內的細菌及病毒。

在香港，所有出售的液態奶類均須經過熱處理，而未經巴士德消毒的奶類則可用於製作部分特製芝士。高危人士^{註1}應避免進食未經巴士德消毒的奶類及其產品。

註1何謂「高危人士」呢？想知道？請瀏覽以下網頁。
https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/whatsnew/whatsnew_act/High_Risk_Food_high_risk_population.html



有關此刊物

本刊物的網上版本已上載至食安中心網頁(www.cfs.gov.hk)，歡迎瀏覽網頁或掃描旁邊的二維碼。如有查詢，請致電 2381 6096 與食安中心傳達資源小組聯絡。



參觀傳達資源小組展覽室

食安中心的傳達資源小組展覽室位於港鐵南昌站C出口附近，設有展覽廳、公眾及業界的資料廊，配有視聽設備，以供市民和業界直接了解香港的食物安全資訊，免費入場，歡迎參觀。(有關最新的到訪安排，可瀏覽網頁www.cfs.gov.hk)

地址：九龍欽州街西 87 號食物環境衛生署南昌辦事處暨車房4樓 401 室
查詢電話：2381 6096
電郵地址：rc@fehd.gov.hk
開放時間：星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 1 時；
下午 2 時至 5 時 30 分
星期六、日及公眾假期休息

南昌站
C出口

食物環境衛生署南昌辦事處暨車房