

引起食物中毒的细菌和病毒



本文中心：细菌和病毒是食源性疾病的最常见病因。细菌会在温暖潮湿、蛋白质丰富及酸碱值较高的食物中迅速生长。牛奶、带壳蛋、家禽、鱼类、肉类和介贝类都是有利细菌生长的常见食物。虽然病毒无法在食物和水中繁殖，但受污染的食物中只要存有很少数目的病毒粒子，食用后便可致病。

以下提供更多有关常见引起食源性疾病的细菌和病毒的信息：

细菌		
沙门氏菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none">● 生或未煮熟的蛋和蛋制品● 未煮熟的家禽● 生肉	控制措施： <ol style="list-style-type: none">1. 彻底煮熟食物2. 处理食物前后彻底洗净双手3. 生熟食物分开摆放4. 选用经巴士德消毒的蛋制作无需加热处理的食物
副溶血性弧菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none">● 生或未煮熟的海鲜● 被生海鲜污染的即食食物	控制措施： <ol style="list-style-type: none">1. 彻底煮熟食物2. 不要在处理熟食及即食食物的区域放置未煮熟的海产3. 海产须盖好并与即食食物存放在不同的雪柜4. 处理食物前后彻底洗净双手
李斯特菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none">● 未经巴士德消毒的奶类和乳制品(例如软芝士)● 未加工的水果和蔬菜(例如豆芽)● 冷藏即食食物(例如冷盘肉类、香肠、烟熏海鲜、肉/肝酱、涂抹酱)	控制措施： <ol style="list-style-type: none">1. 处理食物前后彻底洗净双手2. 防止食物处理人员造成交叉污染或直接污染3. 彻底煮熟食物
金黄葡萄球菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none">● 即食食物● 烹煮后需经人手处理而	控制措施： <ol style="list-style-type: none">1. 处理食物前后彻底洗净双手2. 避免用手直接处理熟食，如患有或怀疑

	受污染并长时间置于室温下的食物，例如烧味、卤味、三文治、瑞士卷等含忌廉的烘焙食品	患有传染病时停止处理食物。 3. 生的食物或冷盘应保持在 4°C 或以下，热食应保持在 60°C 以上，并应尽快食用。
产气荚膜梭状芽孢杆菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none"> ● 牛肉 ● 家禽 ● 肉汁 ● 长时间置于室温下的食物，以及处于危险时间或温度范围内的食物。 	控制措施： <ol style="list-style-type: none"> 1. 彻底煮熟食物 2. 煮熟后的热食如非即食，应保持在 60°C 以上， 3. 如需把煮熟后的食物冷冻，应采用急速冷却，或采用传统二段冷却法，冷却后放进雪柜贮存。 4. 分量多的食物（例如大锅的炆肉或咖喱）应分成小份放在较浅的容器内，随即放进雪柜。
蜡状芽孢杆菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none"> ● 米 ● 大豆制品、谷物和其他淀粉质丰富的食物、肉类和蔬菜。 ● 以及未经巴士德消毒并长时间贮存于室温下的奶类 	控制措施： <ol style="list-style-type: none"> 1. 处理食物前后彻底洗净双手 2. 食物和餐具清洗干净 3. 生熟食物分开摆放 4. 热食应保持在 60°C 以上，如需把煮熟后的食物冷冻，应在 90 分钟内急速冷却至 4°C 或以下。如采用传统二段冷却法，应在 2 小时内把食物由 60°C 以上降温至 20°C，然后再在 2-4 小时内由 20°C 冷却至 4°C 或以下。
大肠杆菌	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none"> ● 受污染的食物，特别是未煮熟的碎牛肉、未经巴士德消毒的生奶和果汁、生奶制成的软芝士，以及生的水果和蔬菜（例如生菜、其他绿叶蔬菜和芽菜）。 	控制措施： <ol style="list-style-type: none"> 1. 处理食物前后都要彻底洗净双手 2. 生熟食物分开摆放 3. 彻底煮熟食物，包括碎肉。

病毒		
诺如病毒	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none"> ● 海产、介贝类（例如生蚝）。 ● 经受感染的食物处理人员触摸的即食食物（例如沙律、三文治、食用冰粒、饼干及水果） ● 任何被呕吐物或粪便污染的食物 	控制措施： <ol style="list-style-type: none"> 1. 处理食物前后彻底洗净双手 2. 避免用手直接接触即食食物 3. 清洁和消毒被呕吐物或腹泻物污染的表面（使用 1:49 的稀释漂白水） 4. 清洁和消毒设备表面 5. 彻底清洗和烹煮食物
甲型肝炎病毒	涉及的食物： <ul style="list-style-type: none"> ● 来自受污染水域的生或未煮熟的介贝类 ● 生的农产品 ● 受污染的食水 ● 经受感染的食物处理人员接触后没有翻热的食物 	控制措施： <ol style="list-style-type: none"> 1. 处理食物前后彻底洗净双手 2. 避免用手直接接触即食食物 3. 清洁和消毒被呕吐物或腹泻物污染的表面（使用 1:49 的稀释漂白水） 4. 清洁和消毒设备表面 5. 彻底清洗和烹煮食物