

# 食物安全與免疫力較低人士

業界諮詢論壇

二零一八年六月五日

# 食物安全與免疫力較低人士

2

- 免疫力是指個人抵禦感染的能力
- 某些羣組因免疫力較低而較易感染食源性疾病

# 免疫力較低人士

3

## □ 孕婦

- 懷孕期內荷爾蒙及免疫力的改變會削弱孕婦的免疫系統功能，因此較易感染食源性疾病
- 發育中的胎兒易受一些不會令孕婦出現病徵的食源性致病菌影響

## □ 幼童及嬰兒

- 幼童及嬰兒的免疫系統尚未發育成熟，同時腸道內的菌羣所起的保護作用可能不如成年人有效
- 初生嬰兒的胃部酸性較成年人為低，故細菌及其他致病菌較易在其體內生存

# 免疫力較低人士(續)

4

## □ 長者

- 人體自身防禦或抵抗感染的功能會隨年齡增長而逐漸下降
- 長者的免疫系統功能會因糖尿病等慢性疾病或有關治療而被削弱

# 免疫力較低人士(續)

5

- 因患有免疫系統疾病而令免疫力較低
  - 感染愛滋病
  - 患上一些慢性疾病(例如癌症)
  - 接受抑制免疫治療，例如服用預防移植手術後出現排斥的藥物

# 「超級細菌」的風險

6

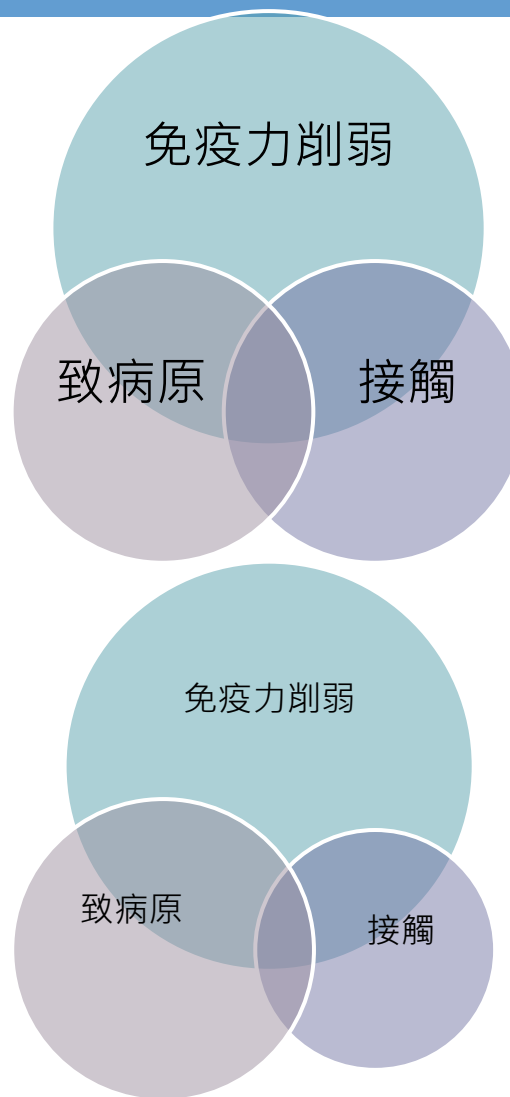
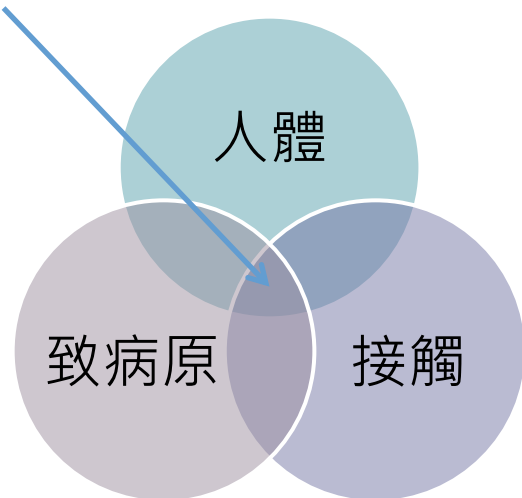
- 「超級細菌」：發展出抗菌素耐藥性的微生物
- 生或未經徹底煮熟的食物較徹底煮熟的食物，更大可能含有污染的細菌，包括耐藥細菌。
- 致病菌是「超級細菌」的話，對免疫力較低人士會更危險
  - 會有更少有效治療的抗菌素



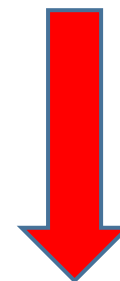
# 降低感染食源性疾病的風險

7

食源性  
疾病



因多項因素令  
感染風險較高



減少接觸致病菌以  
降低感染風險

# 高危人士的食物安全問題

8

- 嚴格遵從食物安全及衛生守則！
  
- 食物安全五要點
  - 1. 精明選擇(選擇安全的原材料)
  - 2. 保持清潔(保持雙手及用具清潔)
  - 3. 生熟分開(分開生熟食)
  - 4. 煮熟食物(徹底煮熟食物)
  - 5. 安全溫度(把食物存放於安全溫度)
  
- <https://goo.gl/WxBk35>





# 精明選擇 – 避免進食高風險食物!

9

## 食物選擇的例子：

食物類別	避免進食的食物 	風險較低的選擇 
奶製品	<ul style="list-style-type: none"> <li>以未經巴士德消毒的奶類製成的芝士</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>經巴士德消毒的奶類</li> <li>以經巴士德消毒的奶類製成的芝士</li> </ul>
肉類及家禽	<ul style="list-style-type: none"> <li>未經徹底煮熟或生的肉類及家禽</li> <li>凍食肉類</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>徹底煮熟的肉類及家禽</li> <li>徹底翻熱的凍食肉類</li> </ul>
海產	<ul style="list-style-type: none"> <li>未經徹底煮熟或生的海產 (例如刺身)</li> <li>冷藏的煙燻海產</li> <li>預先煮熟的海產</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>徹底煮熟的海產</li> <li>徹底翻熱的煙燻海產及預先煮熟海產</li> <li>罐頭魚類及海產</li> </ul>
水果及蔬菜	<ul style="list-style-type: none"> <li>沒有清洗的新鮮水果及蔬菜 (包括生菜/沙律)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>徹底清洗的新鮮水果及蔬菜</li> <li>已煮熟的蔬菜</li> </ul>
蛋類	<ul style="list-style-type: none"> <li>使用生蛋/未經徹底煮熟的蛋類製成的食物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>以經巴士德消毒的蛋類代替生蛋/未經徹底煮熟的蛋類製成的食物</li> <li>徹底煮熟的蛋類</li> </ul>

### 風險較高的食物：

1. 生/未經徹底煮熟的食物
2. 沒有清洗的水果及蔬菜
3. 保質期較長(超過五天)的冷藏即食食物

# 為了便利高危消費者...

10



- 產品標籤應包括安全處理及貯存食物方法的資料。
- 建議向免疫力較低人士提供額外警告或資料。
- 例子...

# 芝士 - 生奶或經巴士德消毒奶

11

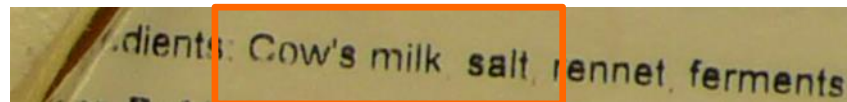
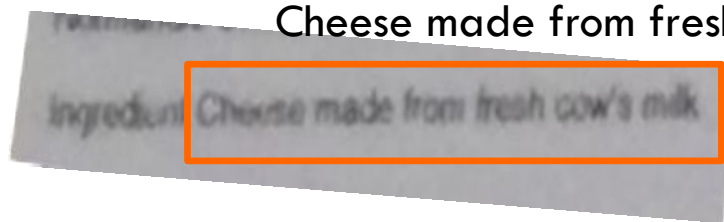
- 建議向消費者提供清晰標籤，註明芝士是否由生乳製成

奶製品	<ul style="list-style-type: none"><li>以未經巴士德消毒的奶類製成的芝士</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>經巴士德消毒的奶類</li><li>以經巴士德消毒的奶類製成的芝士</li></ul>
-----	--	---



Cheese made from fresh cow's milk





# 芝士製品 – 給高危人士的建議

12

- 食用芝士前細閱食物標籤，小心選擇。硬芝士及特硬芝士一般是安全的。
  - 避免進食軟芝士(例如菲達、布里、卡門貝爾)及藍紋芝士(例如丹麥藍芝士、古岡左拉(Gorgonzola)及羅克福)。
  - 至於其他種類的芝士，只選擇由經巴士德消毒奶類製成的芝士。
  - 如不能確定，切勿食用。
  
- 嚴格遵從標籤上的指示存放芝士製品。

# 生吃海產

13

海產	<ul style="list-style-type: none"><li>未經徹底煮熟或生的海產 (例如刺身)</li><li>冷藏的煙燻海產</li><li>預先煮熟的海產</li></ul> 	<ul style="list-style-type: none"><li>徹底煮熟的海產</li><li>徹底翻熱的煙燻海產及預先煮熟海產</li><li>罐頭魚類及海產</li></ul> 
----	---	--

生吃



1. 冷熏: 未經徹底煮熟
2. 保質期較長



1. 濾食性動物
2. 生吃



# 生吃海產

14



- 向高危人士就生吃海產(例如生蠔)提供的警告
  - 進食生蠔比熟蠔更容易發生食物中毒。孕婦、兒童、長者、免疫力弱人士及肝病患者等容易受感染的羣組，應避免進食生蠔或半生熟蠔。
- 也可就沒有包裝的海產提供有關警告

# 沙律

15

- 易受感染的羣組(包括孕婦、兒童、長者及免疫力較弱的人)一般不宜食用預製或預先包裝的沙律。
  - 一些沙律亦可能含有生芽菜、煙熏海產或切片凍肉等配料，高風險人士受感染的風險較高。
- 如欲品嚐沙律，他們宜自行配製，並盡快食用。

水果及 蔬菜	· 沒有清洗的新鮮水果及蔬菜 (包括生菜/沙律)	· 徹底清洗的新鮮水果及蔬菜 · 已煮熟的蔬菜
-----------	--------------------------	----------------------------

# 蛋製品



- 選用經巴士德消毒的蛋或蛋製品或已乾製的雞蛋粉製作不需要進一步熱處理的食物。
- 加入向高危人士就生蛋類配料提供的警告。



# 消費者警示：

## 生/未經徹底煮熟的食物之風險

17

- 消費者警示：
  - ▣ 食品的描述/成分，例如「含有生/未經徹底煮熟成分」
  - ▣ 進食生/未經徹底煮熟的食物或會增加你感染食源性疾病的風險，尤其是對於高危人士
- 小冊子、展示食物櫃或菜單標示、標籤聲明、枱面標示卡、標語牌...等等
- 美國食物及藥物管理局的食物規範 (Food Code)亦有相關建議

**SWEET**  
**Mango Mousse**  
Smooth mango mousse atop a la cake with a mango glaze

**SOUPS**

\* **Classic Hot & Sour**  
Pork, mushroom, tofu, egg

**Miso Soup**  
Seaweed, enoki, tofu, scallion, b

\* **Tom Yum Soup**  
**Chicken**  
**Vegetable**  
**Seafood**  
Traditional broth, lemongrass, g straw mushroom, chili pepper.

\* **Korean Seafood Soup**  
Aromatic herb soup, scallop, shrimp, calamari mussel, Korean chili

\* Hot and Spicy                      v Vegetarian

No Split Checks  
Minimum of \$10 per Person  
10% gratuity will be added to parties of 5 or more

Consuming Raw or Uncooked Meats,  
Poultry & Seafood Products May  
Increase Your Risk of Food-Borne Illness

**SAUTÉED MARYLAND CRAB CAKES \$32**

Jumbo lump, sautéed green beans, carrot jicama slaw, creamy mustard mayonnaise

**FRESH CHEESE TORTELLINI \$16**  
Shiitake mushrooms, spinach, parmesan

**GF** These items are Gluten Free

We follow FDA guidelines. Consuming raw or undercooked meats, poultry, seafood, shellfish or eggs may increase your risk of food borne illness, especially if you have certain medical conditions.

**COME FOR THE VIEW, STAY F**

**LUNCH SERVED UNTI**

**Pregnant woman, young children, elderly people and people who are immunocompromised should not consume this food product.**

孕婦，幼兒，老人以及個人免疫功能低者，不應進食此食品。

# 概要

19

- 讓消費者因應本身的健康狀況和患上食源性疾病的風險而作出有依據的食物選擇。
- 在標籤註明高風險食品，以便高危消費者充分知悉這些食品的安全性及真正性質。
  - 避免進食這些食品；或
  - 煮熟後才食用

# 中心的相關文章

20

- 食物安全與免疫力較低人士



- 乳酪(芝士)製品中的李斯特菌



- 淺談蠔的食物安全風險



多謝