

食物安全通訊

二零零六年 第一期

食物環境衛生署 食物及公共衛生部出版

目錄

專題特寫

- (I) 享用自助餐安全小貼士
- (II) 世界衛生組織在食品安全中擔任的角色
- (III) 過期食品

食物新知

外賣食品器皿安全

食物安全小錦囊

處理冰塊的衛生指引

食物安全計劃園地

外賣/外送食物安全小貼士

讀者園地

食物安全個案直擊

活動介紹

- (I) 2006年食物衛生講座
- (II) 食物消費量調查

法例淺釋

《食物內染色料規例》第4(1)條—禁止在某些商品中使用染色料

考一考你

享用自助餐 安全小貼士

專題特寫 (I)

復活節快到了！大家可有發現大耳朵的復活兔和巨型復活蛋的踪影？我記者妹最喜歡在這繽紛的節日品嚐各種美食，無論是北京菜、日本菜、泰國菜、韓國菜，還是印度菜等，都令人垂涎。要一次過享用各種不同的美食，自助餐當然是我記者妹必然之選！



享用自助餐固然是不二之選，但我們必須先了解自助餐當中一些潛在食物風險，現在就由我記者妹逐一講你知。

自助餐的風險因素主要有以下五方面：

1. 短時間內配製大量食物/ 過早配製食物

為確保自助餐的食物供應充足，必須預先製作大量食物，但如果沒有足夠器具來冷存及熱存食物，或食物在室溫下存放過久，食物會容易變壞。

2. 提供高風險食物

一些高風險食物，如生蠔、刺身等，因為沒有經過高溫烹煮，如果處理不當，可能含有致病的微生物。

3. 提供不同類型食品

若同時提供即食和未經烹煮的食物，如果處理不當，很容易造成交叉污染。

4. 展示食物或進食時間太長

如果展示食物或進食時間過長，病菌可在食物上不斷生長，部分更會產生毒素，引致食物中毒。

5. 顧客污染展示中的食物

進食者在拿取食物時，用手或不合適的用具不小心污染其他食物。



為免病從口入，進食自助餐時要留意以下要點：

店鋪衛生是否良好？

1. 應光顧信譽良好的持牌食肆；
2. 光顧前要注意食肆的衛生情況，包括環境、用具及員工個人衛生；
3. 留意食物的存放，例如生、熟食物有沒有妥善分開擺放、食物是否有適當地蓋好等；
4. 留意是否有專人負責監督食物櫃枱範圍的清潔衛生，以確保食物不會被污染。



食物是否安全？

1. 留意食物是否新鮮，如果食物已變色或變味，很可能已變壞，便不應進食；



2. 冷凍食物應保持於攝氏4度或以下，而熱食的食物則應放在加熱器皿內並保持在攝氏60度或以上；若要自行烹煮食物，必須徹底煮熟才可進食；
3. 食物不應在室溫下存放超過兩小時；
4. 老年人、小孩及免疫力較弱人士，應盡量避免進食生吃、冷凍及其他高風險的食物，如生蠔、刺身、壽司及沙律等；
5. 保持均衡飲食，避免暴飲暴食影響健康。

進食守則

1. 拿取食物和進食前要先洗手；
2. 應使用食肆所提供的不同食具（如食物夾、碟等）來處理生和熟的食物，避免交叉污染；
3. 每次拿取食物均要用清潔的碟子，不要用已經用過的碟子，避免交叉污染。





世界衛生組織 在食品安全中擔任的角色

專題特寫 (11)



世界衛生組織 (World Health Organization, 簡稱WHO) 在保障公眾衛生方面其中一項重要使命是使人人達到盡可能高的健康水平。在食品安全方面，WHO通過建議和協助成員國減少食品中致病性微生物及有害化學物質污染，從而減輕食源性疾病的負擔。1948年的WHO憲章中規定其與食品安全有關的特別職責：

- ◆ 協助政府部門加強與食品安全有關的衛生服務；
- ◆ 促進改善營養、衛生設備和環境衛生；
- ◆ 制訂食品國際標準；及
- ◆ 協助公眾認識食品安全問題，讓公眾建立自己的看法。

WHO參與食品安全工作已超過50年。在這範疇內，WHO很多工作都是與聯合國糧食及農業組織 (Food and Agriculture Organization, 簡稱FAO) 緊密合作的。1963年5月，WHO和FAO攜手，並以食品法典委員會 (Codex Alimentarius Commission, 簡稱CAC) 作為其主要機構，訂立了FAO/WHO聯合食品標準規劃。CAC的主要任務是通過建立詳盡的食品標準——《食品法典》，來保障消費者健康及維護公平的食品貿易。由於WHO對食品安全和公共衛生肩負重任，所以參與了CAC有關工作。



風險管理做得好 食物安全可達到

世界衛生組織 10 項安全製備食物須知



配製食物

- 應用經過妥善處理的食物
- 使用安全的水
- 徹底煮熟食物—食物各部分最少加熱至攝氏75度 (建議把海產放在沸水烹煮最少五分鐘)
- 徹底翻熱熟食—食物各部分最少加熱至攝氏75度

貯存食物

- 將生和熟的食物分開存放
- 小心貯存熟食 (在攝氏4度以下或攝氏60度以上)
- 確保食物免被蟲鼠或其他動物污染

飲食及衛生習慣

- 食物煮熟後應盡快食用
- 配製食物前及其間要勤洗手；進食前亦須洗手
- 保持廚房所有工作地方清潔

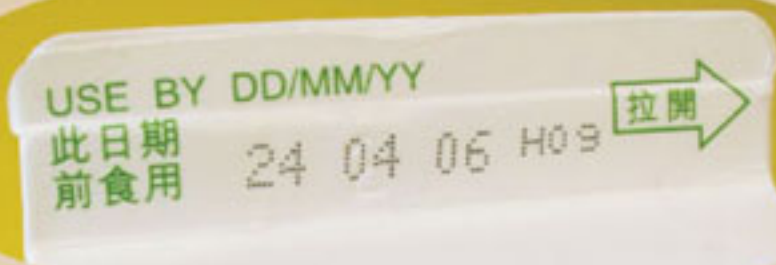


WHO的主要任務是建立規範和標準，包括國際標準的制訂和促進對危險性的評估。在WHO的推動下，風險分析已成為現今食品安全管理的基本概念。關注重點包括建立評估方法，應用於量化微生物性和化學性的風險評估、食源性疾病的監測、基因改造產品的安全評估等各方面。WHO還透過其地區辦事處，為成員國政府提供技術支援，協助其建立和實施食品安全規劃、進行食品立法及建立監控食品污染和調查食源性疾病的資訊系統，以確保食品安全。

2000年5月的第53屆世界衛生大會一致通過WHA53.15決議，將食品安全確定為公共衛生的優先重點之一，責成WHO及其成員國開展跨部門和多方面的合作，從地方、國家和國際層面去提高食品安全水平。該決議亦擴展了WHO在食品安全方面的責任，包括有效地運用有限資源，視食品安全為基本公共衛生項目，以作推廣，並提出干預措施的建議，改善全球食品安全。

過期食品

專題特寫 (III)



最近有團體自行抽驗市面上出售的預先包裝食物，發現部分已過期，引起社會關注市民在食物安全方面的保障。

現時根據《食物及藥物（成分組合及標籤）規例》（香港法例第132W章），所有預先包裝食物必須加上保質期，讓市民在知情的情況下作出選擇。因應不同食物的類別，食物保質期可分為兩類：

use by 此日期前食用

屬食物安全的標記，適用於從微生物角度來說容易腐壞的食物，例如經巴士德消毒的鮮奶、預先包裝的火腿蛋三文治等。這類食物生產後可存放的時間較短，如過期後食用，對人體健康構成危險的機會較高。因此，超過此標示日期的食物便不可出售。

best before 此日期前最佳

屬食物質素的標記，適用於其他一般食品，例如糖果、罐裝飲品等。該日期表示食物的品質，例如顏色、味道及外觀等，在限期內若適當保存，可保持最佳狀態，但不表示過了限期就會即時變壞或對人體健康構成危險。有些過了這個限期的食品，其品質可能仍屬良好。



生產日期 Production Date:
09.11.2005
08.11.2006
此日期前最佳 Best Before:

以上述兩種形式去區分及標示食用日期並非香港獨有，世界上很多國家，如美國、澳洲、新西蘭、歐洲聯盟等，都採用類似的形式去標示食用日期。普遍的做法皆是禁止售賣已過了“use by 此日期前食用”的食品，而售賣已過了“best before 此日期前最佳”的食品則並不違法，但賣方須確保食品沒有變壞。

食物本身的成分各有不同，不同食品有不同的保質期。由於生產商最清楚其產品的特性和保質期限，所以市面上食物的保質期均是由生產商訂定。

其實訂定兩類食用日期的原意，除了讓市民在知情的情況下作出選擇，亦希望可以減少浪費食物。某些食物（例如罐頭食品）可以存放較長時間，即使它們已過了“best before 此日期前最佳”所指的保質期，但並非表示已不能食用，進食了亦未必即時對健康構成危害，所以在法例上有不同的處理。售賣過了“use by 此日期前食用”所指保質期的食物，便觸犯法例；至於售賣過了“best before 此日期前最佳”的食物，若經檢驗後，證實有關的食物已變壞或已不適宜供人食用的話，才屬犯法。



給公眾的建議

1. 購買及進食食物時應留意保質期，不應購買及進食已過了“use by 此日期前食用”的食物，而過了“best before 此日期前最佳”的食物，則不宜購買或進食。
2. 不要因為價錢較低而購買過期食物，否則進食後引致不適，只會得不償失。
3. 除了保質期外，購買預先包裝食物時亦應留意包裝是否完好；即使未過食用日期，但如包裝已破損，食物亦可能已受污染或變壞。

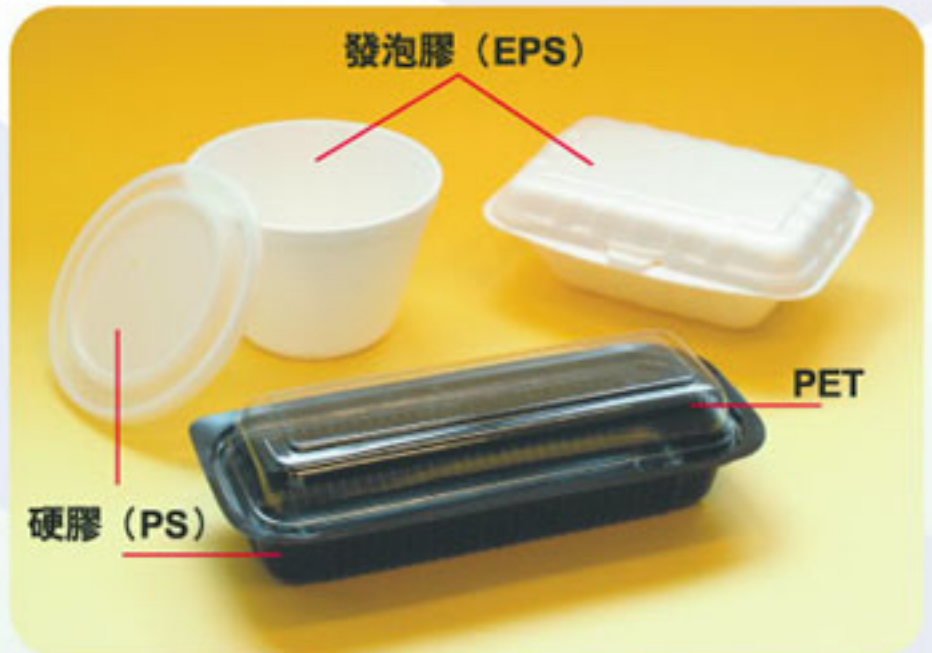
外賣食品 器皿安全

食物環境衛生署（食環署）與消費者委員會（消委會）於去年九月合作測試即棄式塑膠食物容器的安全及適用性等問題。

在本港，即棄式塑膠食物容器普遍以發泡聚苯乙烯（Expanded Polystyrene (EPS)，俗稱發泡膠）、聚丙烯（Polypropylene (PP)，俗稱百折膠）、聚苯乙烯（Polystyrene (PS)，俗稱硬膠）等物料製造，而聚對苯二甲酸乙二醇酯（Polyethylene Terephthalate (PET)）則較少使用。該研究的重點是當使用這些即棄式容器盛載食物時，容器會否釋出化合物污染食物。釋出的化合物包括重金屬、殘留的苯乙烯單體（residual styrene monomers）及製造塑膠物料時加入的添加劑等。

在測試中，食環署從不同食肆及學校飯盒供應商蒐集共30款即棄式塑膠容器（其中十款為連蓋容器），作重金屬及苯乙烯單體殘餘量的測試。此外，食環署亦蒐集了另外30款用不同材料製造的即棄式塑膠容器／蓋，測試它們在不同的環境下釋出雜質的情況。食環署食物研究化驗所負責進行以上測試，並參考了內地及美國食物及藥物管理局所制定的測試方法和標準，以作比較。

測試結果顯示，所有即棄式塑膠容器的重金屬含量和苯乙烯單體殘餘量均符合標準，在一般情況下使用，不會引致食物安全問題。在雜質釋出量測試方面，大部分測試樣本在不同環境下雜質釋出量皆符合限制，只有其中一款以硬膠（PS）製造盒身的樣本，在模擬於攝氏120度盛載油性食物的測試中，雜質釋出量超標。但是當模擬於攝氏100度盛載油性食物時，該硬膠容器樣本的雜質釋出量並沒有超標。調查發現使用該盒身的食肆只會用該盒盛載三文治，不會盛載高溫的食物。



盡管大部分以發泡膠、硬膠和聚對苯二甲酸乙二醇酯製造的即棄式塑膠容器，於攝氏100度的環境下的雜質釋出量都符合標準，但會出現容器變形等問題，故該類容器並不適宜盛載超過攝氏100度的食物。

在選擇合適塑膠容器時，應作多方面考慮，例如所盛載食物的類別（如油性、酸性等）、食物的溫度及盛載的時間長短等。如要盛載攝氏100至120度的食物，應選擇耐熱程度較高的塑膠容器（例如百折膠容器），否則食物便須先行冷卻再放進容器內，或選擇其他耐熱程度高的容器(如錫紙盒)。

現時香港還未有特定的法例規管外賣食物所使用的即棄式容器，國際間亦沒有全面的規管標準。但根據香港法例第132章《公眾衛生及市政條例》規定，所有在本港出售的食物均須適宜供人食用。此外，供應飯盒的食物製造廠的持牌條件中，亦規定食物容器必須能抵禦食物的溫度及酸度，而不會釋出有毒的化學物質。

過去三年，食環署曾抽取30款用作盛載食物的用完即棄塑膠容器作化學測試，結果全部令人滿意。食環署亦將制訂使用即棄式塑膠容器的指引給食物業界參考。



給消費者的建議

- ▲ 應向持牌及信譽良好的食肆或飯盒供應商訂購外賣飯盒。
- ▲ 選購外賣飯盒時，留意盛載食物的容器有否變形。若有懷疑，應捨棄容器內的食物，並向有關供應商或食肆了解情況。
- ▲ 如有需要用微波爐翻熱外賣食物，應留意食物容器是否適用於微波爐，例如發泡膠容器並不可作微波爐翻熱食物之用。若有懷疑，應轉用其他微波爐適用的器皿翻熱食物。
- ▲ 一般微波爐適用的即棄式塑膠容器通常只可經微波爐翻熱一次，不能多次重用。

如欲進一步了解此研究的詳情，可到食環署網頁<http://www.fehd.gov.hk> 參閱研究報告的節錄文章，或參閱第350期《選擇月刊》(<http://choice.yip.com.hk>)。

處理冰塊的衛生指引

冬去春來，天氣回暖，一杯凍飲確是不少市民的選擇。為使飲品保持冰凍，我們都會在家中製造冰塊使用，而當舉行一些參與人數較多的活動，例如家庭聚會，或相約朋友舉行大食會時，也會購買冰塊使用。

冰塊的製作雖然很簡單，但是如果處理不當，冰塊也可成為傳播食源性疾病的媒介。

製作冰塊的原材料是水，所用的水一定要是可飲用的水。若採用經煮沸的食水，在水還未冷卻時，千萬不要將製冰格放進冷藏格內，因為水的熱力會令冷藏格的溫度上升，影響其他貯存於格內的食物，食物有機會因而變壞。

每次所製作的冰塊數量不宜過多，並應一次過用完，避免因貯存過久而受到污染。此外，應保持雪櫃及製冰格清潔，減少冰塊受污染的機會。



市面銷售的冰塊多為包裝冰，市民應向可靠和信譽良好的店鋪購買供人食用的包裝冰。此外，購買時應留意包裝袋是否完好。購買冰塊後要盡量避免包裝袋表面受到污染。

把冰塊從包裝袋放入冰桶時，應依照下列衛生程序：

1. 清潔冰桶和冰桶四周的表面。
2. 用抹布清潔及抹乾包裝袋的表面。
3. 用清潔的器具打開包裝袋。
4. 將冰塊倒入冰桶時，包裝袋的表面和雙手不應接觸冰塊。

貯冰容器不應用作冷卻或貯存其他物品，例如樽裝啤酒、罐裝汽水或盒裝牛奶等。



外賣/外送食物 安全小貼士

香港人生活節奏急速，餐廳外賣及外送服務十分普遍，亦有市民將出外用餐時剩餘的食物帶走。由於外賣/外送食物運送需時，市民又不一定即時食用，要確保食物安全，大家應謹記以下要點：

- 購買冷吃的即食食物(例如壽司、魚生等)時，可自備攜帶式的冰袋，放入冰墊加強保冷作用，或請店員在包裝外加墊冰塊，有一些壽司及魚生店更會為顧客提供攜帶式的冰袋。由於每款冰袋的保冷性能和外在貯存環境溫度有所不同，冰袋保冷只可作暫存使用。運送時應避免陽光直接照射食物及盡量縮短運送時間，以保持食物在安全的溫度下（即攝氏4度或以下）。
- 外賣時若同時提取冷、熱食物，應將它們分開擺放，以避免兩種食物的溫度互相影響。
- 檢收外賣食物時，應留意食物的溫度及清潔情況。如有懷疑便不要進食，並向食肆查詢，以確保食物安全。如發覺熱食食物溫度並非保持在攝氏60度或以上，冷凍食物並非保持在攝氏4度或以下，可聯絡食物環境衛生署跟進。
- 不論是外賣或是出外用餐時吃剩的食物，都應貯存在攝氏4度或以下之雪櫃內，避免將食物擺放在**危險溫度範圍**（攝氏4至60度）內過久，並應盡快食用。

- 進食前須將食物翻熱至中心溫度達攝氏75度或以上。如用微波爐翻熱，期間應取出食物翻動數次，讓熱力在食物內均勻分布，確保食物完全熟透。如在進食或翻熱外賣食品時發覺食物的顏色或氣味有變（特別是出外用餐時未吃完的食物），便應把食物棄掉。

- 出外用膳時只要按照實際人數和食量而訂定分量，便可避免要將吃剩的食物外帶，既可減少浪費，亦可確保食物安全，可謂一舉兩得。



食物安全 個案直擊



大家日益關注世界各地發生的食物安全事故，有見及此，我食物安全小博士特別主持這個讀者園地，解釋有關事件的因由及真相，以釋大家心中的疑團。以下是一些有關食物染色的真實個案：

個案一：甩色提子和紫菜

有市民用熱水清洗一些黑色提子時，發現甩色情況嚴重。另外有市民指在市面上出售的大部分煮食用（非小食類）紫菜，浸在水中幾小時後，亦出現甩色情況，懷疑當中添加了人造色素。

有些提子含有一種水溶性天然色素**花色甙**，在清洗提子過程中，這些天然色素可能會滲於水中。由於該天然色素對人類健康不會構成影響，所以市民無須過分擔心；而紫菜含有一種紫紅色及水溶性的天然色素**藻紅素**，故此當紫菜浸在水中一段時間後，會將水變成紫紅色，這是正常現象。同樣地，該天然色素對人體健康不會構成影響。過去食物環境衛生署亦未曾發現有紫菜被染色的情況。



個案二：染色黃花魚

有市民購買黃花魚時，發覺魚身顏色異常鮮艷，懷疑它被加入染色料。

因應有關事件，食物環境衛生署抽取多個黃花魚樣本化驗，當中有兩個取自同一商販的樣本被驗出含有**酒石黃**和**日落黃 FCF**。雖然這兩種染色料是《食物內染色料規例》准許添加在食物內的染色料，但法例禁止把染色料加入未經烹煮及未經加工處理的鮮魚，違例者最高可被罰款5萬元及監禁6個月。



其實有不少食物都含有天然色素（例如早前的紫心蕃薯），它們出現滲色情況屬自然現象，市民不用過分擔心。在本港出售的食物都受香港法例第132章《公眾衛生及市政條例》及其附屬法例規管，而於食物內使用染色料則受法例第132H章《食物內染色料規例》監管，各位可以參考今期的“法例淺釋”。

市民在選購食物時應注意以下各點：

- ★ 不要光顧街邊無牌小販。
- ★ 向信譽良好的店鋪購買食物。
- ★ 避免選購顏色異常鮮豔及價錢過於便宜的食物。
- ★ 在烹煮過程中，應留意食物是否仍保持着不尋常的鮮豔顏色。
- ★ 如懷疑食物有問題，便不應購買和進食。



2006年 食物衛生講座



食物環境衛生署（食環署）風險傳達組將於本年六至九月期間，舉辦2006年度食物衛生講座，推廣食物衛生，並特別向食物業人士、院舍職員、老師及市民介紹食物安全重點控制系統及食物安全計劃的應用，亦會向學校負責學生膳食的職員，提供挑選午餐飯盒供應商的常識。為數約20場的免費講座會在全港各區舉行；食環署將向食物業、院舍機構及中/小學發信，邀請他們報名。講座以粵語進行，參加者除可獲贈教育海報和單張外，亦會獲頒發出席證書。講座附設問答遊戲，成績優異者，可獲頒**食物安全狀元**獎狀。名額有限，報名從速。詳情請致電2381 6732向傳達資源小組查詢。

食物消費量調查

食環署現正進行全港最大規模和最全面的食物消費量調查，以掌握市民的食物消費模式資料，進行有關食物風險的評估。本港過往只進行過較小規模食物消費量研究，並沒有進行過全港性評估食物安全風險的食物消費量調查。因此，是次進行的調查，對建立完整資料庫以評估食物安全的風險，至為重要；這調查亦可提高食環署評估風險的能力。就以去年底出現的孔雀石綠事件為例，若有完整的食物消費量數據，對風險評估的工作將大有幫助。此外，有關的資料亦有助政府制訂提高香港食物安全水平的公共政策和教育策略。

此次調查主要是收集本港人口食物消費量的資料，包括進食食物的種類、進食食物的分量，以及飲食習慣。食環署已委託香港中文大學進行調查。負責調查的成員包括營養學、公眾衛生及統計學方面的專家，以及訓練有素的訪問員。

食環署會向獲抽選的住戶發出邀請信，闡釋訪問的安排。住戶在接獲邀請信後，請致電中大調查小組，以便小組從每家獲選的住戶中再選出一名受訪者。

敬請獲邀的住戶鼎力支持和合作，積極參與是次調查。如需更多資料，請致電食環署熱線2868 0000，或於辦公時間致電2609 6876向中大調查小組查詢；或以電郵方式與中大調查小組聯絡（電郵地址：hkfcs@cuhk.edu.hk）。

《食物內染色料規例》 第4(1)條 禁止在某些商品中使用染色料

中國人對飲食素來講究，對食物的色、香、味尤其注重。為了回復食物的顏色及增加食物的吸引力，製造商會在食物生產過程中加入染色料。食物染色料是一種食物添加劑，可分為天然染色料和人工合成染色料兩種。外觀上，很難分辨出食物帶有哪一種染色料。

根據法例，並非每一種染色料都可用於食物上，例如牽涉去年食物染色料事件的蘇丹1及對位紅便不可加於食物內。另外，並非各樣食物都可以添加染色料，例如一些未經烹煮及未經加工處理的肉類、蔬菜、魚等便不可加入染色料。

《食物內染色料規例》（香港法例第132H章）規管食用染色料的使用，當中第4(1)條規訂，“未經烹煮及未經加工處理的肉類、野味、家禽、魚、水果或蔬菜，如擬供出售給人食用，則除非是作為標記用途，否則不得加進或加上任何染色料。”不過，法例亦有訂明，柑橘屬的水果（例如橙）可加進或加上准許染色料，但須按下述規定處理：

- (a) 在該類水果皮上以准許染色料標明加有**色素**字樣；及
- (b) 該等字樣必須清楚可閱，大小明顯易見。

違反《食物內染色料規例》者，最高可被罰款5萬元及監禁6個月。

1. 世界衛生組織的英文簡稱是什麼？

- (a) WTO
- (b) WMF
- (c) WWF
- (d) WHO

2. 在本港，出售標有以下哪一類食物保質期的過期食物即屬違法？

- (a) use by 此日期前食用
- (b) best before 此日期前最佳
- (c) 兩者皆是
- (d) 兩者皆不是

3. 根據香港法例第132H章《食物內染色料規例》， 以下哪種食物不可使用染色料？

- (a) 經加工處理的食品
- (b) 標明“加有**色素**”字樣的柑橘屬水果
- (c) 未經烹煮及未經加工處理的鮮魚
- (d) 以上皆是

考一考你



4. 即棄式塑膠食物容器普遍以發泡聚苯乙烯製造，這種物料俗稱什麼？

- (a) 百折膠
- (b) 發泡膠
- (c) 硬膠
- (d) 以上皆不是

(答案見第五頁)



食物環境衛生署

Food and Environmental Hygiene Department