

認識因蒟蒻果凍及其他食物而引起的哽喉風險

食物可對嬰幼兒造成哽喉風險，特別是在嬰幼兒未能充分咀嚼或嘗試把食物整塊吞下的時候。任何食物均有可能引致哽喉，但含有骨頭或其他硬物的「堅硬食物」，以及容易卡在咽喉的細小圓形食物較易造成哽喉。

為預防哽喉，避免給嬰幼兒提供難以咀嚼或容易整口吞咽的食物，例如：



遵從良好進食習慣，可減少哽噎風險：

政府已在憲報刊登《2025年食物及藥物(成分組合及標籤)(修訂)規例》(《修訂規例》)，以加強規管預先包裝的蒟蒻果凍。透過法例修訂，高度或闊度不超過45毫米的迷你杯裝蒟蒻果凍將禁止繼續在市場上出售；其他蒟蒻果凍產品則須在包裝上標示預防哽噎警告字句，提醒市民小心進食。

新規定包括：

一、屬預先包裝食物的果凍，如是以高度或闊度不超過45毫米的迷你杯狀容器包裝的，則不得含有蒟蒻；及

二、如屬預先包裝食物的、含有蒟蒻的果凍，其銷售包裝的最外層須以中文和英文清楚可閱地標明下述字樣——

「注意：勿一口吞食，長者及兒童須在監護下食

用。 Caution: Do not swallow whole. Elderly and children must consume under supervision.」



上述字樣須標明在有關包裝上的顯眼處，並以深色字印在淺色底上或以淺色字印在深色底上的方式標明，並須在字體下劃上底線；或以紅色字印在白色或黃色底上的方式標明。

食安中心一直透過網站、講座、社交媒體及海報推廣預防食物哽噎的健康教育訊息。此外，食安中心已製作教育短片及短片廣告，重點提示常見哽噎風險及宣傳安全飲食習慣。食安中心會繼續舉辦學校講座，並在網上發布資訊，提升公眾對預防哽噎的關注，並對少數族裔加強教育。

家長與照護者也應懂得嬰幼兒被食物哽喉時如何處理。如出現有生命危險的緊急狀況，請立即致電999尋求醫護協助。

「食物安全日2025」 - 防止 食物交叉污染 生熟食物一律 建議分開!

為響應六月七日聯合國世界食品安全日，食物安全中心（食安中心）藉此機會向食物業界及市民推廣食物安全的重要性，以提高對「食物安全五要點」作為預防食源性疾病最佳措施的認識。

「食物安全五要點」的內容包括：

精明選擇：選擇安全的原材料
保持清潔：保持雙手及用具清潔
生熟分開：分開生熟食物
徹底煮熟：徹底煮熟食物
安全溫度：把食物存放於安全溫度

本年度的活動以「生熟分開」為重點，強調在準備食物的各個階段防止交叉污染對保障食物安全的重要性。透過採取良好衛生規範及遵循正確的食物處理方法，食物處理人員可以顯著降低食源性疾病的風險。

生熟分開的例子：

購買食物時：

- 先選購預先包裝及罐頭食品，最後才選購生的肉類、家禽及海產。
- 在購物手推車及購物袋內，生的肉類、家禽及海產應與其他食品分開擺放，以免其汁液污染其他食品。

貯存食物時：

- 以有蓋或密封的容器貯存食物，以免生的食物與即食食物或熟食互相接觸。
- 即食食物或熟食存放在上層，生的肉類、家禽及海產則放在下層，以防汁液滴在其他食物上。

配製食物時：

- 避免貯存過多食物，以確保雪櫃內的冷空氣流通。在廚房內使用不同的用具分開處理生的食物與熟食或即食食物。
- 使用不同的用具試味和混合食物。
- 沖洗生的肉類及家禽後必須徹底清洗水槽（鋅盆）及四周的範圍。



第八屆「消費者聯繫小組」招 募成員

感謝你參與中心的「消費者聯繫小組」。保障食物安全有賴各方的踴躍參與，我們現誠意邀請各位身邊的親友一同參與「消費者聯繫小組」。請填妥並交回隨信所附報名表格。報名表格亦可於中心網頁下載：

http://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/committee_clg_recruitment.html

如欲查詢，請致電2381 6275與歐陽先生聯絡。填妥之報名表格請以傳真 (2893 3547)、電郵 (clg@fehd.gov.hk)或郵寄(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「消費者聯繫小組」)交回。

(註：已成為小組成員的人士無須重覆遞交申請)