

食物危害

指 食物內所含可能對人體健康具負面影響的物質。那些物質可以潛在於食物本身或從食物的貯存、配製、包裝、運送和銷售等過程中引入。

食物危害可分為生物性(例如：細菌、病毒)、化學性(例如：農藥、防腐劑、重金屬、毒素)及物理性(例如：玻璃、沙、石、金屬屑)三類。

在香港，最常引致食物中毒的危害是生物性危害，當中尤以副溶血性弧菌、沙門氏菌和金黃葡萄球菌所致的危害最值得關注。



食物風險

指食物影響人體健康的可能性和

嚴重性。在評定食物風險時，我們須評估食物危害對我們健康造成影響的可能性、特質和嚴重性。簡單而言，越有可能嚴重影響我們健康的食物，其風險便越高。根據本署所作的食物中毒個案調查，發現海產的食物風險最高，過去每年均約有50%的食物中毒個案是由進食海產所致。其次是肉類，包括豬肉和雞肉。



高危食品



從微生物風險角度分析，一些特別容易讓病原體(即可致病的細菌)污染和滋生的食品，一般稱為高危食品或高風險食品。意思是吃了這些食品後，會很容易令進食者受感染。常見的高危食品例子有：刺身、壽司、沙律、三文治、燒味、滷味、即食凍肉和介貝類海產等。

高危食品的特質

- (一) 含高水分和高養分。
- (二) 製造過程中沒有消滅致病原的步驟。
- (三) 需經多重人手處理。
- (四) 需長時間貯存或陳列。



食物風險管理



的在於避免、減少或控制食物風險，把食物危害對健康引致的壞影響降至最低。

風險管理策略

- ◆ 正確認識各類食物風險及自身的承受能力，以便作出適當選擇。
- ◆ 保持均衡飲食，分散食物風險。
- ◆ 認識食物安全計劃，保障食物安全。
- ◆ 保持良好的個人及環境衛生。

食物安全計劃

近年，國際間已達成共識，認為一套以「食物安全重點控制」系統為本的食物安全計劃可有效地確保食物安全。

較諸傳統的食品安全控制方法，
食物安全計劃具有以下**特點**：

監控整個
生產過程

找出潛在
危險

將危害發生的
機會減至
最低

預測可能
出現的
問題

擬定預防
良策

食物安全計劃的 基本要求



食物安全計劃須包括一些基本工作，以便能順利地控制危害。這些基本工作包括：

清潔消毒

防治蟲鼠

維修保養

廢物處理

個人衛生

適當訓練

食物安全計劃 須考慮的因素

由於不同的食物會涉及不同的風險，故此為管理食物風險而制定食物安全計劃時，須考慮以下因素：

食物的特點

致病菌的傳播途徑

食物中毒事故的成因

食物安全計劃 須考慮的因素^續

市民可能會間中在家中自己動手配製沙律供一家人品嘗，故此我們選擇了雞蛋沙律作為例子，示範在制定有關食物安全計劃時，須考慮的因素。

例子

雞蛋沙律的特點

高水分、高蛋白質

需人手處理

一般不會翻熱才進食

由配製至進食前需若干貯存期



總結

- ◆ 食物容易受有害微生物污染。
- ◆ 條件有利有害微生物繁殖。

食物安全計劃 須考慮的因素 續

雞蛋沙律內常見的有害微生物

沙門氏菌

一般存在於人類和動物的腸臟及糞便中，家禽和雞蛋常帶有沙門氏菌。

金黃葡萄球菌

常在人的鼻孔、咽喉、頭髮和皮膚中發現，曾有調查發現四成表面看來健康的人，其皮膚上均附有金黃葡萄球菌。故此，此細菌很容易透過接觸污染食物。

李斯特菌

常存在於泥土、水、動物腸道及環境中，本署進行的食物監察計劃結果顯示沙律常含李斯特菌。



沙門氏菌



金黃葡萄球菌

致病菌的 傳播途徑



李斯特菌

食物安全計劃 須考慮的因素^續

材料來源不安全

過早配製沙律

沙律存放在室溫下過久

交叉污染

配製沙律者染病或是帶菌者

進食沙律
引致食物中毒
的常見成因

管理雞蛋沙律所涉風險的基本方法

經 分析以上因素後，我們可得出如下的兩個基本方法：

堵截污染源

- ◆ 所有原材料需由持牌食物製造廠或認可的來源提供，並需留意產品規格。
- ◆ 防止患有腸道傳染病的人或帶菌者及不潔的用具污染沙律。

預防有害微生物滋長

- ◆ 徹底煮熟雞蛋
- ◆ 避免過早配製沙律
- ◆ 妥善處理和貯存沙律

如何應用 食物安全計劃

第一步 分析流程

第二步 採取七項措施

流程

在家中配製雞蛋沙律，一般工序大致包括：



工序中每個步驟均可被視為控制點，用來控制危害。

如何應用 食物安全計劃 續

經 分析由選購原材料至沙律可供食用的每個步驟後，我們便可從中找出哪些地方會有機

會受污染，即所謂「危害」，並採取以下措施去減低風險，確保食物安全：

七項措施

- (一) 列出各種危害
- (二) 制定預防措施
- (三) 釐訂監控標準
- (四) 監察控制點
- (五) 採取矯正行動
- (六) 保存紀錄*
- (七) 檢查及檢討

* 一般家中配製沙律時，有關措施可省略。

如何應用 食物安全計劃 續

以下將會從製作雞蛋沙律的流程中，選擇兩個步驟來示範如何應用食物安全計劃以控制危害：

舉例

例一

配製原材料—烹煮雞蛋

步驟：烹煮／配製

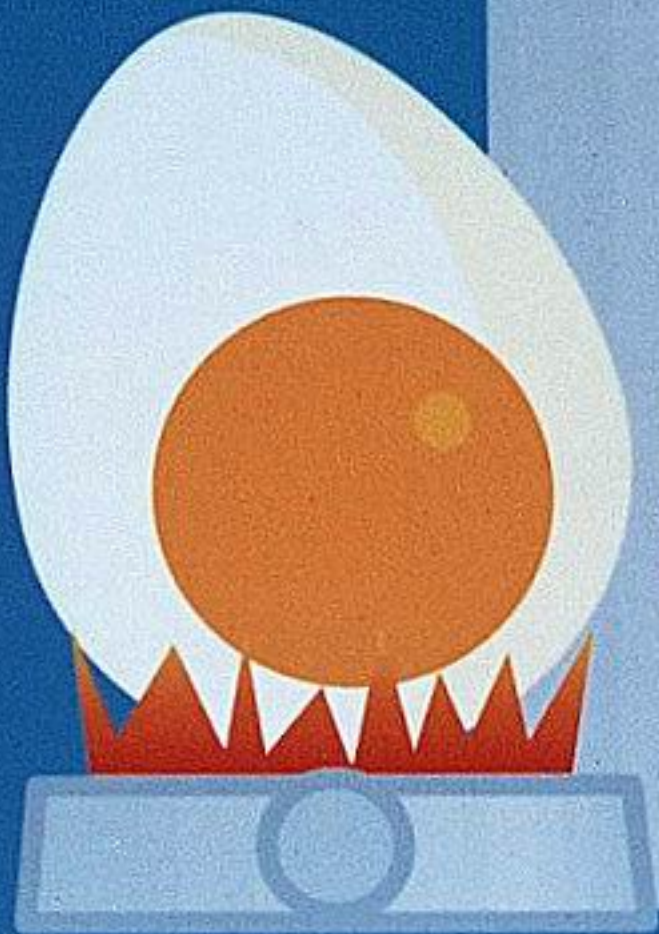
危害 致病菌在未全熟的雞蛋中繼續生存和繁殖（例如：沙門氏菌）

預防措施 徹底煮熟雞蛋

監控標準 雞蛋的中心溫度須達攝氏75度或以上

監察措施 以溫度計檢查雞蛋的中心溫度是否達攝氏75度

矯正行動 重新烹煮至所需的溫度



如何應用 食物安全計劃 續

冷凍／貯存－冷藏沙律

例二

步驟：冷凍／貯存

危害 貯存過程中致病菌繁殖和產生毒素

預防措施 防止致病菌繁殖

監控標準 雪櫃的溫度須在攝氏4度或以下

監察措施 用溫度計量度雪櫃的溫度

矯正行動 調校溫度控制器或維修雪櫃，變壞的沙律應棄掉

檢查及檢討

為了確保所實施的食物安全計劃具有實效，應定期進行有系統的檢查，以便在有需要處採取糾正行動。另外，亦應最少每年檢討食物安全計劃一次，以確保計劃恰當和並不會因為環境或其他基本因素的改變而減低其成效。