

# 慎防甲型肝炎

## 小心處理貝類海產



## 甲型肝炎與貝類海產的關係

甲型肝炎是由一種過濾性病毒引起，會透過受污染的食水或食物而感染人類，潛伏期為10日至50日（平均為28至30日），症狀包括疲倦無力、食慾不振、噁心、嘔吐、

肚瀉、腹部不適、黃疸及小便呈茶色

等。甲型肝炎病毒可透

過患者的糞便排出體

外，並會污染食

水和食物。由於

貝類海產生長於

水中，並過濾水

中微生物作為食

物，所以極易受

此病毒污染。人

類進食受病毒污

染而未經煮熟的

貝類海產，

便很容易染上

甲型肝炎。





## 預防方法

注意環境、食物及個人衛生，便可減低感染甲型肝炎的風險。

### (I) 環境衛生

- 糞便應適當處理，以防食物和食水受到污染。
- 保持廚房清潔。
- 使用廚具前應先清洗。
- 使用不同的砧板、刀和碟，分開處理生的貝類海產。

## (II) 食物衛生

進食貝類食物（包括蠔、蜆、青口及帶子等）時，應留意以下要點：

### 選購：

- 向可靠的商鋪購買貝類海產。
- 購買新鮮、外殼完整和沒有異味的貝類海產。牠們被觸摸時，外殼會立刻緊閉。
- 切勿光顧無牌小販。

### 貯存：

- 回家後立刻把新鮮的貝類海產放進雪櫃內，並於一至兩天內享用。
- 即食食物應貯存在雪櫃上格，而蓋好或包好的貝類海產，則應放入下格，以避免交叉污染。

### 清洗：

- 用清水將貝類海產的外殼洗擦乾淨。
- 棄掉外殼破損的貝類海產。
- 摘除貝類海產的內臟。

### 烹煮：

- 貝類海產應徹底煮熟，方可食用。
- 最好在烹煮貝類海產前去除外殼，因外殼阻礙熱力滲透。
- 用沸水烹煮貝類海產時，須煮至外殼打開，然後再煮三至五分鐘。
- 棄掉烹煮後外殼仍未打開的貝類海產。

## (III) 個人衛生

- 保持雙手清潔。處理食物前、處理生熟食物前後、進食前或如廁後，要用肥皂和清水徹底洗手。

## 查詢

### 食物環境衛生署

24小時熱線：

2868 0000

傳達資源小組：

2381 6096

網址：

[www.cfs.gov.hk](http://www.cfs.gov.hk)

電郵：

[enquiries@fehd.gov.hk](mailto:enquiries@fehd.gov.hk)