



食物安全通訊

第 100 期

2025 年 3 月 號

食物安全中心出版

為香港食物安全把關

本期內容

專題特寫

專題特寫

跨境食品雜貨-安全合法最重要

食安仔教室

- 貝類毒素—貝類海產愛好者的大敵
- 豬頸肉—可供安全食用嗎？

出街食飯

減低生三文魚的食物安全風險
雪卡毒與食物中毒

營養大對決 + 今日食營啲

- 識睇惜食「食物標籤」
- 馬蹄吊片蒸肉餅

中心動向

- 為中文大學學士課程學生舉辦的簡介會
- 第八十七次業界諮詢論壇
- 食安中心參與第58屆工展會

問問食安仔

雞蛋知「色」你識唔識？

食安小測試

食安仔忙甚麼？

剩餘食物-減少浪費之餘也要保障安全

編輯委員會

主管 (風險傳達)

3 名科學主任

總監 (風險傳達)

衛生總督察 (食物安全推廣)

高級衛生督察 (食物安全推廣)

5 名衛生督察 (食物安全推廣)

跨境食品雜貨- 安全合法最重要



自香港與內地通關後，跨境食品雜貨日益受歡迎。有些人或會從內地購買新鮮及即食食物，再經各個出入境管制站帶回本港。消費者應保持小心謹慎，確保食物安全，並遵從相關法例。本文將重點講述本港對入口食物的相關規例要求、探討跨境食品雜貨的食物安全疑慮並講述從購買到貯存的一般食物安全原則。



進口食物時要注意規例要求



野味、肉類、家禽及蛋類等食品是消費者的常見選擇，但這些食品都是本港受規管食物。根據《進口野味、肉類、家禽及蛋類規例》

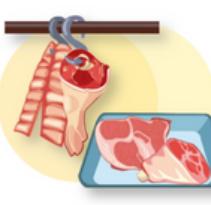
(第132AK章)，每批次的受規管食物，無論是自用與否，必須附有由來源地有關當局簽發的衛生證明書或食物環境衛生署（食環署）的書面准許（圖）。根據第132AK章，違例者一經定罪，最高可被罰款五萬元及監禁六個月。



須附有衛生證明書 Health Certificate Required



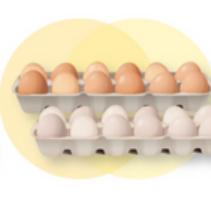
野味 Game



肉類 Meat



家禽 Poultry



蛋類 Eggs

圖：進口受規管食物須附有有效衛生證明書



《冰凍甜點規例》(第132AC章) 及《奶業規例》(第132AQ章) 規定，從製造來源地進口冰凍甜點、奶類或奶類飲品必須獲得食環署批准，否則不得在香港售賣。此外，海產入口商應先向來源地發證實體申領衛生證明書，然後將證明書隨貨附上，以證明所入口的海產適宜供人食用。

值得注意的是，僅轉換食物包裝設計和物料，例如用錫紙包裹生肉或以真空包裝肉類，對有關規例的執行沒有任何影響。消費者在攜帶食物進入境時，應遵守相關香港法例。食安中心已加強堵截和採取執法行動，安排檢疫偵緝犬於各陸路邊境管制站協助執法。



跨境食品雜貨有什麼食物安全問題？

有些消費者，喜歡一次購買多種食品，包括燒味等即食食物及新鮮蔬果等生的食物。混合這兩類食物有可能導致即食食物與生的食物發生交叉污染。混合生與即食食物或會引致病原體交叉污染到即食食物。

此外，預先包裝食物的食物標籤和營養標籤格式或會與本地出售的食物不同。有些食品標示的可能是生產日期而非本港標籤規例規定的「此日期或之前食用」或「此日期前最佳」的日期。此外，營養標籤上顯示的營養資料與本港規定也有差異。這些差異可能會引致錯誤解讀。



由於市場與家宅之間的遠距離，食物在購買後或要一段長時間才能運送到家。購買的食物在配製或冷存前或已放在膠袋內多個小時。將食物(特別是即食食物)貯存在不適當的溫度下，不僅有可能導致食物變質，還會導致購買的食物出現細菌繁殖。

保障食物安全的秘訣



最好為生的食物和即食食物準備不同的購物袋。生的食物應分開放在購物袋內，防止汁液污染其他食物。購物袋的物料應是不透水的，最好可封口，以減少食物受周圍環境污染。

購買預先包裝食物時，應細閱食物標籤內容。印在包裝上的日期或有到期日以外的其他信息。不要購買已過到期日的食物。此外，可取的做法是參閱配料表和營養標籤以了解食物的配料和所含的致敏物，以便作出明智的選擇。

冷食和熱食應分別存放在隔熱袋及冰袋內。對於購買後存放在攝氏4度至60度的危險溫度範圍內的即食食物，應遵循2小時／4小時原則。到埗後應盡快把即食、冷藏及冷凍食物存放在雪櫃內，以保持食物的品質。



注意事項



給消費者的建議

- 1. 進口包括野味、肉類、家禽及蛋類的受規管食物必須附有有效衛生證明書及/或食環署的書面准許。
- 2. 即食食物受生的食物交叉污染、錯誤解讀食物標籤和營養標籤及食物長時間存放在不適當的貯存溫度是跨境食品雜貨的食物安全疑慮。
- 3. 分開存放生的食物和即食食物、正確解讀標籤及把即食食物存放在保溫容器內，可減低食物安全風險。
- 不要攜帶沒有衛生證明書的野味、肉類、家禽及蛋類進入本港。
- 分開存放生的食物和即食食物；存放在危險溫度範圍內的即食食物，應遵循2小時／4小時原則。
- 購買後仔細閱讀預先包裝食物的食物標籤和營養標籤。



貝類毒素—貝類海產愛好者的大敵

食物安全中心（食安中心）分別在二零二四年四月及五月接獲衛生防護中心轉介共兩宗懷疑麻痹性貝類中毒及神經性貝類中毒的個案，這兩宗個案的患者在家中進食多種貝類海產包括響螺、扇貝、貴妃蚌、海螺及花螺後一小時內出現症狀。本文將概述貝類毒素的來源、感染途徑、其對人類健康的影響以及食物的控制措施。



貝類毒素是什麼？

貝類毒素是一組由名為雙鞭毛藻的藻類產生的天然毒素。世界各地均曾報道由各種貝類毒素所引起的人類中毒個案，當中較為重要的貝類毒素類別包括麻痹性貝類毒素、下痢性貝類毒素、神經性貝類毒素、失憶性貝類毒素及原多甲藻酸貝類毒素。這些貝類毒素的資料及不同的貝類中毒症狀早前已作探討。



貝類海產如何受貝類毒素污染？

貝類毒素大部分源自由微藻引發的有害藻華，通常稱為「紅潮」。因貝類海產是濾食性動物，他們會把水抽進其體內、過濾並吃下藻類及其他食物粒子。當紅潮發生時，貝類海產濾食進大量毒藻後，毒素便會在其體內積聚，令吃下這些貝類海產的人中毒（圖1）。部分曾涉及貝類中毒的貝類海產包括青口、蜆、蠔、扇貝、響螺、海螺和象拔蚌等。



按風險為本原則抽取樣本及選擇測試

選擇食物樣本和測試項目時，採取的是按風險為本的原則，高風險食物、以往不合格樣本、本地或海外的食物事故報告、情報及備受公眾關注的事項較為優先。食安中心定期會進行內部檢討，以應對新的法例與標準。測試範圍包括化學、微生物及輻射危害，涵蓋食物添加劑及污染物，以至病原體及輻射項目，以及抗菌素耐藥性細菌。

食物監測計劃在實行前會交予經食物安全專家委員會覆核。此外，一個工作小組負責專注應對通過網上平台購買食物所帶來的獨特挑戰，調整監測方法以適應現時的購物趨勢。這些監測行動的結果及工作小組的進展定期會向立法會食物安全及環境衛生事務委員會彙報，有助增加透明度並持續改善食物安全措施。

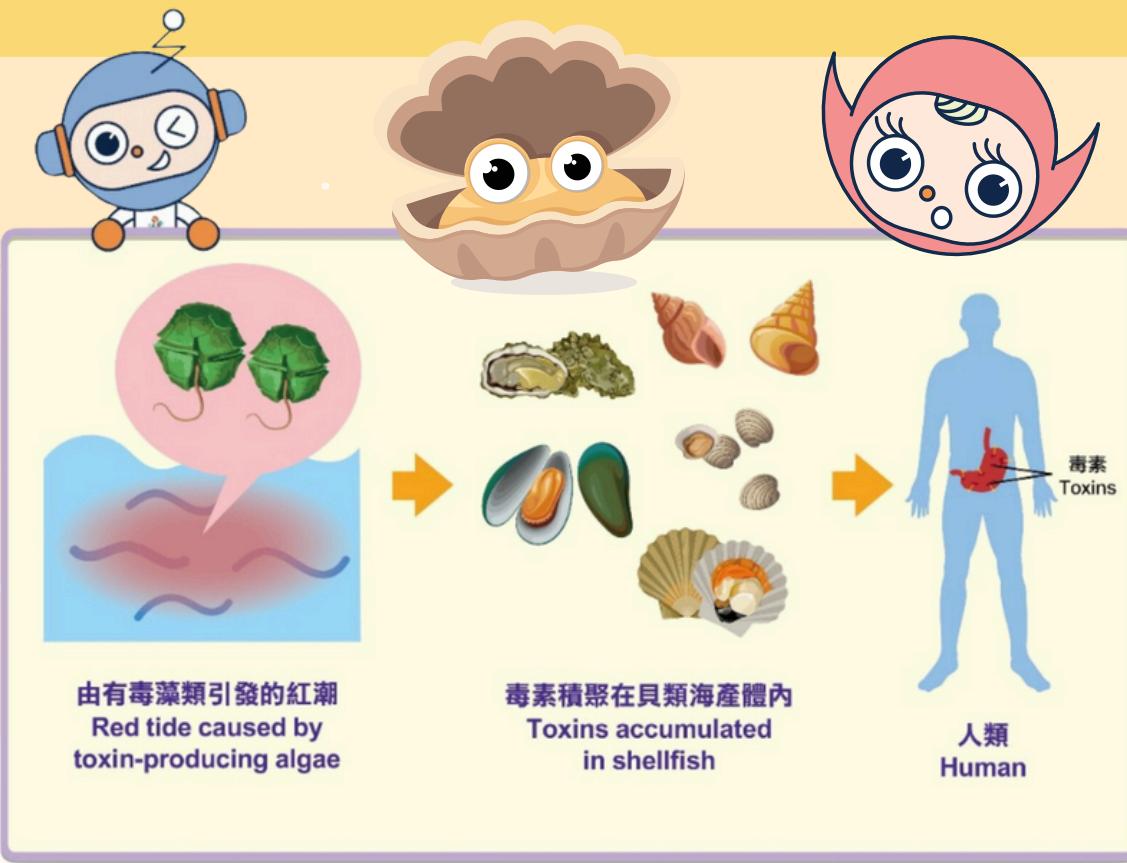


圖1：貝類海產濾食有毒藻類，並積聚毒素在體內，最後可能引致人類出現貝類中毒。



貝類毒素的控制措施



迷思與事實

由於貝類海產可能含有貝類毒素，以及對消費者健康造成影響，因此貝類毒素成為與貝類相關的最大危害之一。貝類海產積聚的毒素數量及毒素停留在組織的時間會因海產的品種而異，也取決於海產的生長環境。據報，部分貝類海產在受毒素污染後長達數月的一段長時間內仍保留毒性。目前並無實際可行的方法去除受貝類毒素污染的貝類海產。

國際間對貝類毒素的管控主要透過實施藻類毒素監察計劃來實現，即監察海域貝類撈捕區或養殖區內有否出現可產生毒素的藻類。不同地區也會對貝類海產的肉進行貝類毒素水平測試。若發現有毒藻類大量繁殖或驗出貝類毒素達到危險水平，受影響的海域便會封閉，暫停撈捕或生產貝類海產，直至調查確定海產的毒素處於安全水平。香港也有施行類似的監察計劃。隨着食品科技的進步和食物貿易全球化，貝類海產的食品可運送到世界各地。因此，除了在貝類海產撈捕區推行監察計劃，各地亦有實施食物監測計劃，對市面的食品進行貝類毒素測試。



注意事項

- 貝類毒素由名為雙鞭毛藻的藻類產生，烹煮、冷藏或其他配製食物的程序均不能破壞這些毒素。
- 肉眼不能區分有毒和無毒的貝類海產。
- 一般而言，貝類毒素集中積聚在貝類海產的內臟。進食前除去並棄置所有內臟，可減低貝類中毒的風險。

- 從外觀可否判斷貝類海產是否含有貝類毒素？
- 不可以。含有危險水平貝類毒素的貝類海產在外觀或口感上沒有任何分別。因此，肉眼不能區分有毒和無毒的貝類海產。化驗是唯一可檢測貝類毒素的方法。
- 烹煮能破壞貝類毒素，令貝類海產可安全食用嗎？
- 貝類毒素耐熱，烹煮、冷藏或其他配製食物的程序均不能破壞這些毒素。不過，由於貝類毒素主要集中積聚在貝類海產的內臟，在進食前盡量除去並棄置所有內臟，可減低貝類中毒的風險。

給消費者的建議



- 向可靠來源購買貝類海產。
- 為減低貝類中毒對健康帶來的風險，應盡量去除並棄置貝類海產的內臟。
- 進食貝類海產後若感到不適，應立即求醫，並保留剩餘的海產，以便進行調查和化驗。

豬頸肉—可供安全食用嗎？

豬頸肉指“豬頭與軀幹連接部位的肉”。2024年3月，有新聞報道稱，中國內地阜陽發生食品製作過程中使用了品質欠佳的豬頸肉，據稱有關豬頸肉含有“大量淋巴結、脂肪瘤和甲狀腺”。報道指食用以這種豬頸肉製作的肉製品可能對健康造成不良影響。食物安全中心（食安中心）在2024年3月19日發出的食物事故報表中報告此事。食安中心進行的初步調查沒有發現受影響食品在港出售或進口本港。

豬肉是受歡迎的肉類，在本地也是用以配製多種菜式的常見食材。政府在不同層面實施管制措施，確保供應本港市場豬肉的食物安全。



對供港生產豬肉活豬的管制措施



大部分活豬均是從中國內地輸入的，其餘活豬則來自本地農場。為保障食物安全，進口豬隻必須採購自註冊農場並附有有效動物健康證書。另一方面，本港豬場受到漁農自然護理署監管。所有豬隻均須在本港兩間持牌屠房，即上水屠房及荃灣屠房屠宰，並在屠房通過嚴格的宰前及宰後檢驗。

在宰前檢驗中，懷疑患病或受傷的豬隻會被篩選作隔離屠宰。肉類檢驗由合資格的衛生督察負責進行。若衛生督察認為牲口感染疾病或其狀況導致屠體、內臟或受感染部分不適宜供人食用，便會沒收整個屠體、內臟或受感染部分，並安排將之銷毀。

此外，根據《公眾衛生(動物及禽鳥)(化學物殘餘)規例》(第139N章)，進入屠房的每批豬隻均會被抽取尿液樣本進行農業化學物及獸醫藥物殘餘測試。當中若發現有樣本含有違禁化學物殘餘，在屠房內的相關批次的豬隻便會禁止進入食物鏈及被銷毀。

上述措施能確保從屠房放行到市場出售的所有肉類均適宜供人食用。

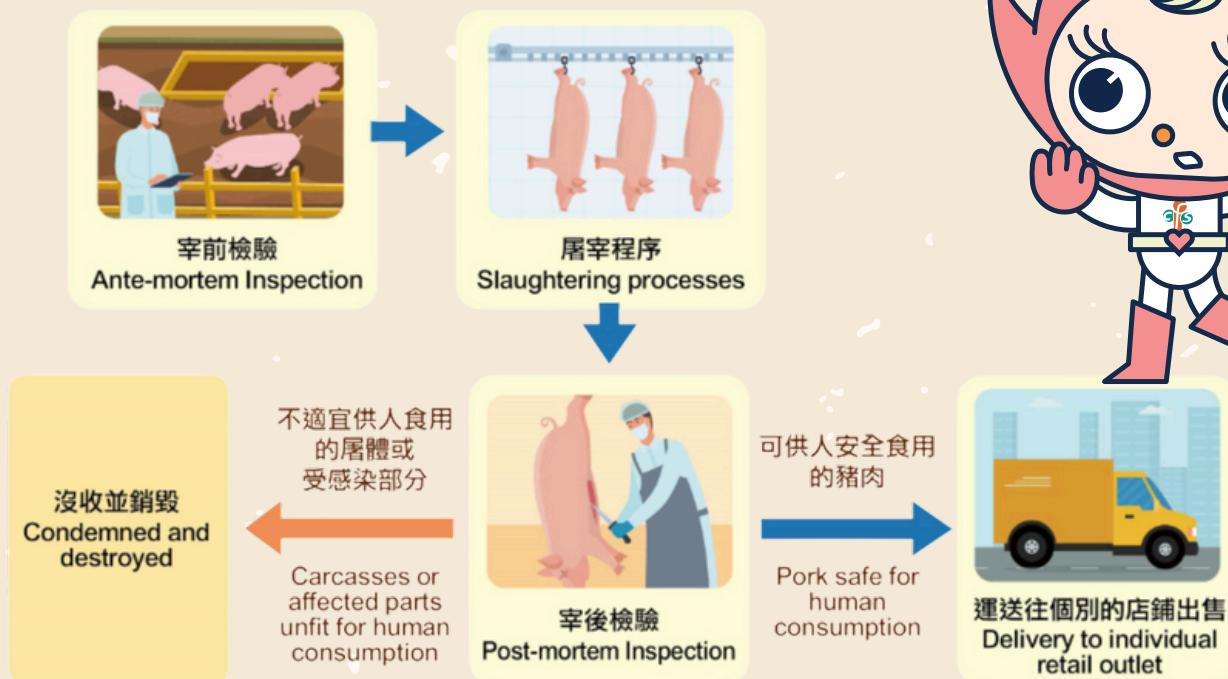


圖:本港屠房在宰前及宰後對豬隻進行的檢驗。

香港對進口豬肉的規管



《公眾衛生及市政條例》(第132章)第54條訂明有關食物安全的基本規定，即不得出售不宜供人食用的食物。所有在香港出售的食物必須適宜供人食用。在本港，進口豬肉受《進口野味、肉類、家禽及蛋類規例》(第132AK章) 規管。該規例第4(1)(a)條規定進口的肉類、家禽或蛋類必須附有食物環境衛生署署長認可的發證實體所簽發的衛生證明書。

香港對豬肉和豬肉產品的食物安全監察

食安中心同時從入口、批發和零售／餐飲等多個層面抽取食物樣本，當中包括豬肉和豬肉產品，以進行日常食品、專項食品及時令食品調查，並會在需要時採取跟進行動。

給市民的建議

- 應向可靠來源購買豬肉 (如持牌食物業處所及持牌新鮮糧食店)。
- 處理生豬肉時應保持良好個人、食物及環境衛生。
- 配製豬肉菜式時，要確定豬肉徹底煮熟。豬肉的中心溫度應達至75°C或以上，維持至少30秒。使用食物溫度計時，溫度計應插進肉的最厚部分進行量度。



減低生三文魚的食物安全風險

最近，本港有媒體報道，有人在日本配製食物時，在一塊野生的生三文魚肉內發現活寄生蟲。根據有關報道，上述三文魚產品標示為非供生吃。三文魚產品，包括野生和在養殖場養殖的品種，均有可能受多種寄生蟲污染。進食帶有活寄生蟲的生或未煮熟食物，或會導致寄生蟲感染。

徹底煮熟食物是消滅寄生蟲的關鍵，加熱的環節則是有效的寄生蟲控制措施。若無法進行徹底加熱，可轉而採用冷藏的措施。把魚類冷藏於攝氏零下20度或以下七天或攝氏零下35度或以下約20小時，能殺死寄生蟲。市民應向持有有效食物業牌照並已申領適當簽批的食物業處所購買供生吃的三文魚。業界應採購附有出口國有關當局所發衛生證明書的三文魚。高危人士，包括長者和孕婦，都應避免進食生或未經徹底煮熟的三文魚。



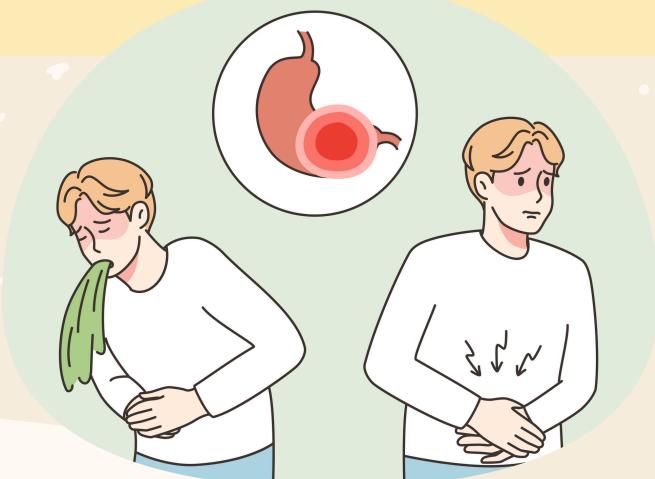
雪卡毒與食物中毒

2024年7月，食安中心接獲一宗懷疑雪卡毒食物中毒個案的通報。兩人在進食從日本沖繩帶回來的魚類6小時後出現雪卡毒魚類中毒^{註1}的病徵，包括面部、舌頭和四肢麻痺、腹痛及腹瀉，其後在醫院接受治療，無須入院。

雪卡毒魚類中毒是一種因進食含雪卡毒素的海產(主要是珊瑚魚)而引致的疾病。雪卡毒素源於部分雙鞭毛藻，主要積聚在魚類的頭部、肝臟、腸道和卵子。這種毒素沒有味道及氣味，也不會受烹煮或冷藏破壞。

要預防雪卡毒魚類中毒，業界應避免購買來歷不明或可疑的魚類，並嚴格備存記錄。消費者應對自行捕獲的魚多加留神，尤其是當捕魚的地點在不熟悉的水域時。消費者也應減少進食珊瑚魚，尤其是體型較大的珊瑚魚，並避免吃珊瑚魚的頭、皮、內臟和卵子。進食珊瑚魚時，應避免同時喝酒，或吃花生、果仁、豆類等食物，因為這些食物可能會加重雪卡毒的中毒病徵。

註1: 如果你想知道更多有關雪卡毒魚類中毒的資訊，歡迎瀏覽以下網頁或掃描旁邊的二維碼。
<https://shorturl.at/E0D6v>



營養大對決



識睇惜食「食物標籤」

適逢9月29日係 國際糧食損失和浪費問題宣傳日，就等 食安仔 同 大噃鬼 教大家點樣能夠確保食物安全，又可以 #減少浪費食物 啦！
為咗避免食物變壞而變成廚餘，大家可以：

- 嗰購買食物前，檢查家中貯存嘅食物，再列出購物清單，避免重複或過量購買；
- 檢查食物標籤上嘅保質期，採用「先入先出」嘅原則，即係先食用會早啲到期嘅食物；
- 過咗「此日期前最佳」嘅食物，即使品質唔係最佳，但如果係按照生產商嘅指示貯存，一般仍然可以安全食用；
- 冷凍同埋冷藏嘅食物，應該貯存喺適當嘅溫度，亦要檢查雪櫃內嘅溫度係咪合適；
- 食剩嘅食物應該存放喺乾淨嘅密封容器入面，並且喺配製或烹調後嘅兩小時內放入雪櫃。喺食用之前，記住徹底翻熱呀！

希望人人都可以餐餐食安心，惜食咪噃嘢！仲想深入認識食物標籤，即刻去<https://shorturl.at/82pkt>



BEST BEFORE
20/05/2025



馬蹄吊片蒸肉餅

(4人分量)



今日食營啲

馬蹄吊片蒸肉餅



馬蹄吊片蒸肉餅作為大家家常便飯嘅菜色之一，其實都有健康嘅煮法。快啲跟住以下食譜整個3少之選嘅馬蹄吊片蒸肉餅啦！

材料(4人分量):

馬蹄4粒
吊片80克
瘦肉碎640克
葱花少許
鹽1/3茶匙
生粉少許

做法:

馬蹄去皮後切碎，吊片浸軟後切碎。
瘦肉碎以鹽及生粉調味後拌勻。
加入馬蹄碎和吊片碎拌勻後再壓成肉餅。
以猛火蒸肉餅7分鐘後加上葱花即成。



～即刻睇下呢個「有營食譜」啦:

https://restaurant.eatsmart.gov.hk/b5/content.aspx?content_id=1297&fbclid=IwZxh0bgNhZW0CMTAAAR1SWE-2V1VXK0KOljN_GqseeBA3BvWfv6MsvoM9kTWWbbKGBg5a980Xb7U_aem_mAod4jNtnR_2C4uX9h2PWw





中心動向

1



為中文大學學士課程學生舉辦的簡介會

一如既往，食安中心於10月14日，為香港中文大學醫學院社區健康理學士及公共衛生理學學士課程的學生舉辦了一個簡介會，介紹食物環境衛生署在香港食物安全監察及管制方面的工作，讓同學對食安中心的工作有初步的了解，以便協助他們謀劃職業方向，在專業上尋求專業發展。



2

第八十七次業界諮詢論壇



食安中心在2024年12月13日舉辦了第八十七次業界諮詢論壇，議題包括應對食物中的抗菌素耐藥性問題-業界篇、共享廚房的食物安全指引、培養肉的安全評估要求及從內地進口肉類及家禽至香港等，與業界交流意見。有關活動的詳情，請瀏覽網址:
https://www.cfs.gov.hk/tc_chi/committee/Notes_and_Presentation_Materials_TCF87_20241213.html。



3

食安中心參與第58屆工展會

工展會是本港一年一度的大型戶外展銷嘉年華，第58屆工展會於2024年12月下旬在維多利亞公園舉行。一如以往，食安中心亦有參與今屆工展會，藉此向公眾宣揚食物安全信息。食安中心於2024年12月30日及31日一連兩日在工展會設置攤位，派發食物安全宣傳單張、小冊子和紀念品，以推廣食物安全。攤位吸引了大批市民參觀，十分熱鬧。





雞蛋知「色」 你識唔識？

FACT CHECKED · FACT CHECKED · FACT CHECKED

食安偵探社

啡殼蛋定白殼蛋有營養啲？

蛋殼顏色
主要受雞隻的品種影響

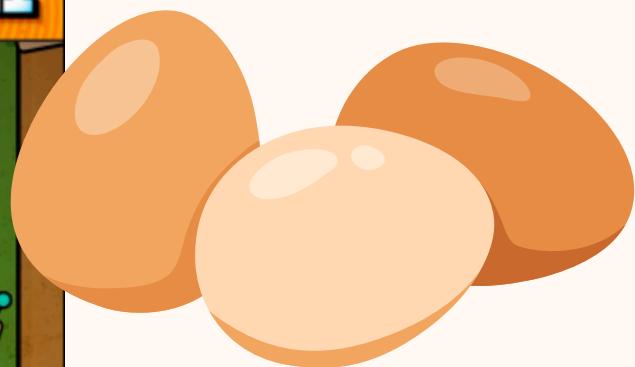
蛋黃顏色
主要受雞隻飼料的成分影響

營養成分
兩者無明顯分別

注意
避免挑選外殼有裂紋或有明顯污跡的雞蛋

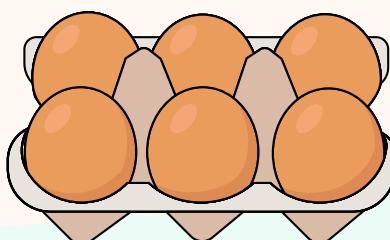
啡殼蛋與白殼蛋於營養價值上並無明顯差別。購買有殼蛋時，應注意蛋殼是否清潔及完整。

FACT CHECKED · FACT CHECKED · FACT CHECKED



傳聞話：想知邊款雞蛋嘅營養價值高啲，要睇蛋殼嘅顏色？！食安妹妹話你知啡殼蛋同白殼蛋嘅營養成分不相伯仲，無明顯差別；而雞蛋殼嘅顏色主要係受雞隻嘅種類所影響。

至於蛋黃嘅顏色點解有深淺之分，部分原因係基於雞隻飼料中所含有嘅色素成分～如果雞隻飼料中含有較多類胡蘿蔔素（一種天然存在喺植物嘅色素），例如粟米、紅蘿蔔嘅成分，生出嚟雞蛋嘅蛋黃顏色就會較為深色。



食安仔再同大家開心share揀蛋小知識：

- 向可靠嘅商戶購買有殼蛋；
- 揀外殼無裂紋、無蛋液漏出嘅有殼蛋；
- 如要製作含生或未煮熟嘅蛋類菜式，例如滑蛋、布甸等，記得用經巴士德消毒（Pasteurised）嘅蛋。

深入重溫揀蛋嘅學問：<https://shorturl.at/WlhFe>



食安小測試



1

進口哪些類型的食物必須附上有效衛生證明書及/或食環署的書面准許？

- a) 野味、肉類、家禽及蛋類
- b) 蔬菜
- c) 水果
- d) 零食



2

下列哪一個描述是正確的？

- a) 雙鞭毛藻產生的貝類毒素可以通過烹煮、冷藏或其他配製食物的程序破壞
- b) 貝類毒素主要集中在貝類海產的內臟
- c) 肉眼可以區分有毒和無毒的貝類海產
- d) 貝類毒素對人體無害



3

關於生三文魚的食物安全風險，以下哪一項是正確的？

- a) 向持有有效食物業牌照並已申領適當簽批的食物業處所購買供生吃的三文魚。
- b) 進食生或未煮熟的三文魚可能導致寄生蟲感染。
- c) 高危人士，包括長者和孕婦，都應避免進食生或未經徹底煮熟的三文魚。
- d) 以上皆是。



答案:
1. a)
2. b)
3. d)

剩餘食物 - 減少浪費之餘也要保障安全



隨著社會日益關注在幫助有需要人士的同時能減少浪費食物，更多人願意捐贈狀況良好的待棄置食物。現時，本港有數以十計接受食物捐贈的團體。

確保捐贈食物的食物安全是為重要。一般來說，市民可以捐贈沒有損壞、未開封、未過期及耐於保存的預先包裝食物。部分食物銀行也會接受已過「此日期前最佳」^{註1}日期的食物，因為仍可供安全食用，儘管品質可能並非最佳。部分食物銀行也會接受商業機構批量捐贈新鮮蔬果、冷凍及冷藏食品。

食物銀行應檢查捐贈得來的食物庫存。已損壞或有曾貯存及處理不當迹象的食物均應棄置。按照到期日使用預先包裝食物。收集得來的食物在再分發前，應妥善存放。

註1: 歡迎瀏覽以下網頁或掃描旁邊的二維碼了解更多有關預先包裝食品食用日期的資訊。<https://shorturl.at/cl7sP>



有關此刊物

本刊物的網上版本已上載至食安中心網頁(www.cfs.gov.hk)，歡迎瀏覽網頁或掃描旁邊的二維碼。如有查詢，請致電 2381 6096 與食安中心傳達資源小組聯絡。



參觀傳達資源小組展覽室

食安中心的傳達資源小組展覽室位於港鐵南昌站C出口附近，設有展覽廳、公眾及業界的資料廊，配備視聽設備，以供市民和業界直接了解香港的食品安全資訊，免費入場，歡迎參觀。(有關最新的到訪安排，可瀏覽網頁www.cfs.gov.hk)

地址：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 401 室

查詢電話：2381 6096

電郵地址：rc@fehd.gov.hk

開放時間：星期一至五：上午 8 時 45 分至下午 1 時；

下午 2 時至 5 時 30 分

星期六、日及公眾假期休息

