

## 何謂金黃葡萄球菌？

金黃葡萄球菌通常存在於人類的鼻孔、咽喉、頭髮和皮膚，但不會引起任何身體不適。該菌亦會大量存在於發炎的傷口及受感染的皮膚（如膿疱及瘡瘡）上。



金黃葡萄球菌可經一般烹調方法消滅，但該菌產生的毒素則較為耐熱，能存在於已煮熟的食物內，引致食物中毒。

## 金黃葡萄球菌食物中毒

金黃葡萄球菌食物中毒是由金黃葡萄球菌所產生的耐熱腸毒素引致。

**潛伏期：**30分鐘至8小時不等；  
通常2至4小時

**病徵：**噁心、嘔吐、腹瀉、  
肚痛，偶有出現發燒



## 傳播途徑

食物處理人員身上的金黃葡萄球菌有可能傳播到食物。食物如配製時工序較多但無需烹煮，並在室溫下存放過久，容易引致金黃葡萄球菌迅速繁殖並產生毒素，進食受污染的食物後便可能引致食物中毒。

## 容易受污染的食物

容易受金黃葡萄球菌污染的食物包括：

- 肉類、家禽及其製品，例如燒味和滷味
- 餅食類食品，例如忌廉餡餅
- 甜品
- 魚生和壽司
- 三文治
- 沙律



## 預防方法

- 盡量縮短處理食物的時間。食物要妥善處理、貯存及徹底煮熟。
- 設備和用具接觸到食物的地方必須保持乾淨衛生。
- 把容易腐壞的食物，包括剩餘的食物存放於攝氏4度或以下，或攝氏60度以上。
- 盡快（在2小時內）把煮好的食物的溫度由攝氏60度降至攝氏20度，並在4小時或更短的時間內把食物的溫度由攝氏20度降至攝氏4度。
  - 把食物放在寬闊淺身的容器或分為若干小份，以加快冷卻速度。

- 在一般情況下，容易腐壞的食物妥為冷卻後：
  - 如放在室溫少於2小時，可放入雪櫃備用或在總時限4小時內使用。
  - 如放在室溫超過2小時但少於4小時，應在總時限4小時內使用，不應再放入雪櫃。
  - 如放在室溫超過4小時，應立即棄掉。
- 時刻保持良好個人衛生習慣，包括：
  - 在處理食物前後及如廁後，以流動的清水和梘液徹底清洗雙手20秒；
  - 穿着清潔的淺色外衣或工作服；
  - 配製食物期間切勿吸煙或吃東西。外露的傷口應貼上鮮色的防水膠布或以手套遮蔽；
  - 如染上或懷疑染上傳染病或出現腹瀉、嘔吐、發燒及腹痛等病徵，應暫停處理食物。



## 查詢：

如有查詢或索取資料，請與**食物環境衛生署傳達資源小組**聯絡(電話：2381 6096)或致電24小時熱線(電話：2868 0000)。

# 「金黃葡萄球菌」

