

# 防治食品中毒宣導海報

101 年版預防食物中毒五要原則海報

廣告

## 預防食品中毒「五要」原則



- 要洗手 調理時，手部要清潔，傷口要包紮。
- 要新鮮 食材要新鮮，用水要衛生。
- 要生熟食分開 生熟食器具應分開，避免交互污染。
- 要澈底加熱 食品中心溫度應超過70°C
- 要注意保存溫度 保存低於7°C，室溫下不宜久置。

常洗手，細菌病毒快快走

廣告

# 常洗手！ 細菌病毒快快走！



行政院衛生署  
Department of Health, Executive Yuan



行政院衛生署  
食品藥物管理局  
Food and Drug Administration

廣告

# “食”在當心！



**黑鯖河豚**  
(*Lagocephalus gloveri*, 學名克氏兔頭鮫)  
俗名：煙規仔、青皮規、金紙規、青規、鯖河鮫  
毒性：肝臟、腸可能含有弱毒量之河鮫毒。



**白鯖河鮫**  
(*Lagocephalus wheeleri*, 學名懷氏兔頭鮫)  
毒性：僅少數個體之卵巢可能含有鮫毒，其他部位全部無毒。



**光兔頭鮫**  
(*Lagocephalus intermis*)  
毒性：肌肉無毒，其它部位為弱毒或強毒。

**綠褶菇**  
(*Chlorophyllum molybdites*)

誤食會引起嘔吐或腹瀉。綠褶菇是熱帶地區最常被誤食中毒的菇，夏天至秋天的公園草地上，常會成群出現。



**姑婆芋**  
(Giant Elephant's Ear)

誤食會引起喉嚨疼痛、口腔麻木及胃部灼痛等。姑婆芋長得很像芋頭，因此被誤食的機率很大，塊莖、花序及汁液皆含有劇毒，以根莖毒性較大。



行政院衛生署



行政院衛生署  
食品藥物管理局  
Food and Drug Administration

避免肉毒桿菌中毒 2 不 2 要

廣告



# 避免肉毒桿菌中毒 2 不 2 要！

膨罐罐頭  
不可食



不建議自行醃漬肉給



真空包裝食品，購買後要盡速  
放入冰箱冷藏，食用前應先煮沸  
(100°C 加熱 10 分鐘以上)



要選擇標示完整之  
罐頭、真空包裝等食品



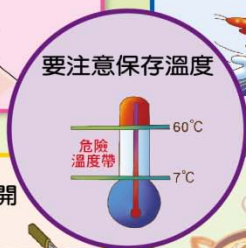
行政院衛生署



行政院衛生署  
食品藥物管理局  
Food and Drug Administration



# 預防食品中毒「五要」原則



- 1 要洗手**  
調理時，手部要清潔，傷口要包紮。
- 2 要新鮮**  
食材要新鮮，用水要衛生。
- 3 要生熟食分開**  
生熟食器具應分開，避免交互污染。
- 4 要澈底加熱**  
食品中心溫度應超過70°C。
- 5 要低溫保存**  
保存低於7°C，室溫下不宜久置。



行政院衛生署  
Department of Health, Executive Yuan



FDA 食品藥物管理局  
Food and Drug Administration



**預防食品中毒「五要」原則：**

- 1 **要洗手**：調理時手部要清潔，傷口要包紮。
- 2 **要新鮮**：食材要新鮮，用水要衛生。
- 3 **要生熟食分開**：生熟食器具應分開，避免交互污染。
- 4 **要澈底加熱**：食品中心溫度應超過70°C。
- 5 **要低溫保存**：保存低於7°C，室溫下不宜久置。

留意場所衛生，注意食用時間及保存溫度，避免微生物汙染及繁殖，才能有效避免食品中毒發生！