



# 如何預防食品中毒

How to prevent food poisoning?



高雄市政府衛生局



# 什麼是食品中毒?

What is food poisoning?

二人或二人以上攝取相同的食物而發生相似的症狀  
則稱為一件『食品中毒』

## 常見症狀

噁心、嘔吐、腹瀉、腹痛、發燒、頭痛..等



# 發生食品中毒 可能原因

What are the transmission routes of food poisoning?

1

冷藏或保溫的溫度不足或貯存太久

2

未充分加熟

3

使用添加物不當

4

貯存及調理方式不當

5

生熟食交互污染

6

人員污染

7

食用已被污染的食物

8

刀具、砧板及使用器具不潔

台灣地區處亞熱帶，一年四季的氣溫均適合細菌繁殖，民眾需特別注意

# How to do ?

## 疑似發生食品中毒 該怎麼辦

***Go to the doctor***  
應迅速就醫

***Notify***  
醫療院所24小時內  
通知衛生單位



***Keep & Cold***  
如有剩餘食品應低溫  
冷藏保存

***Audit***  
衛生單位啟動調查

# 預防食品中毒五要

## Five Principles of Preventing Food Poisoning



要洗手

調理食品前後需澈底洗淨雙手，有傷口要包紮。



要低溫

保存低於7°C，室溫不宜放置過久。



要新鮮

食材要新鮮，用水要衛生。



要加熱

食品中心溫度超過70°C，細菌才容易被消滅。



要分開

處理生熟食需使用不同器具，避免交叉污染。

# 海鮮與燒烤烹煮食安小知識

## 要洗手

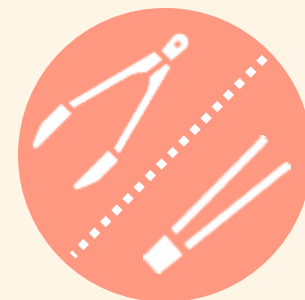
用餐前需澈底洗淨雙手。

## 要加熱

帶殼海鮮開殼後，再烤3-5分鐘以消滅細菌。

## 要分開

烤製生熟食時需使用不同器具，避免交叉污染。



# 挑選優良店家

## How to choose?



烹調場所衛生



烹調人員衛生



用餐環境管理



遵循食安法規



# 發生食品中毒 常見違規態樣

## 烹調場所

刀具、砧板未依生熟食分開使用  
且未保持乾淨

未張貼洗手貼圖及如廁後應洗手告示、或無設有乾手設備

食物製備過程

交叉汙染



垃圾桶未加蓋

食品及器具  
包裝材料未地面放置

場所無病媒蚊蟲  
防治措施



# 發生食品中毒 常見違規態樣

## 烹調人員

烹調人員未穿戴整潔之工作衣帽鞋

私人物品放置於食品作業場所

工作中有吸菸、嚼檳榔等之行為



手部有傷口，調製食品時無包紮無配戴手套

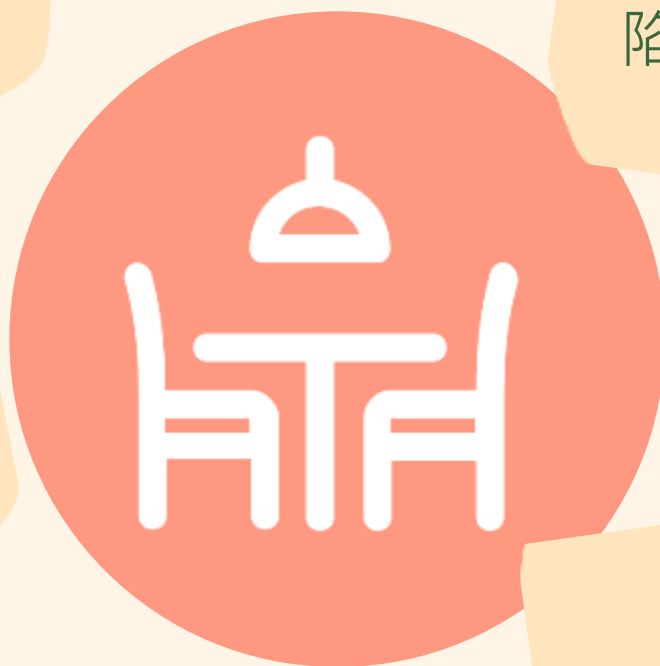
烹調人員蓄留指甲塗指甲油及佩戴飾物

# 用餐環境衛生

地面、門窗、牆壁及天花板須堅固並保持整潔

餐具應保持平滑、無凹陷或裂縫，保持清潔

室內空氣流通，有防止病媒侵入設施



已製備之菜餚有防塵、防異物侵入措施並適當溫度貯存

桌面椅面保持清潔無髒亂

# 遵循食安法規

在險並  
主動張貼門口或**明顯處**

選擇通過餐飲衛生管理分級取得優良標章店家

充分標示食安相關資訊  
『如豬肉產地、廚師證等』

# 食安資訊主動貼 消費保障雄OK

## OO產險公司 投保證明書

投保險種	食品產品責任險
保單號碼	XXXXXXXXXX
被保險人	OO食品有限公司
產品名稱	食品
保險金額	
每一個人身體傷害之保險金額	新臺幣一百萬元整
每一意外事故身體傷害之保險金額	新臺幣四百萬元整
每一意外事故財物損失之保險金額	新臺幣零元整
保險期間內之累計保險金額	新臺幣一千萬元整
保險期間	XXX年X月X日至 XXX年X月X日止



# Best Choices

 <h2>廚師證</h2>		請貼照片 無蓋鋼印者無效			
姓名	○○○				
身分證 統一編號	○○○○○○○○○				
出生日期	○○/○○/○○			性別	<input type="radio"/>
有效日期	○○/○○/○○			補換發註記	



# 更多食安相關資訊



## 高雄市政府衛生局-雄健康臉書粉絲專頁



# 更多食安相關資訊

跟著食安地圖走，資訊全掌握



[foodmap.kchb.gov.tw/](http://foodmap.kchb.gov.tw/)



**THANK YOU**