

生吃貝類海鮮，小心感染甲肝！

19-03-2020 中國消費者報

注意！注意！近期遼寧省大連市、丹東市等沿海地區出現甲肝流行病例，初步判定為食源性污染引起的。

調查發現，當地海產食用貝類是傳播甲肝的主要媒介，而事發地大部分居民有生食小海鮮或食用未煮熟煮透海鮮習慣，帶來感染甲肝風險。

為避免或減少此類風險，大家在食用貝類時一定要注意：

不生食海產貝類，防感染甲肝風險

甲肝是由甲型肝炎病毒（**HAV**）引起的消化道傳染病，主要是糞--口方式傳播。該病季節性明顯，多發於冬春季節，已有疫苗可以有效預防。

貝類為濾食性生物，在濾食水中餌料時，容易在體內富集病毒。甲型肝炎病毒在貝類體內不能繁殖引起貝類自身患病，但可在貝類體內高濃度富集並可存活 15 天以上。消費者用沸水加熱貝類 5 分鐘，甲型肝炎病毒即可失去活性；如果生食或食用未煮熟的受到甲型肝炎病毒污染的貝類，就會增加感染該病毒的風險。

科學選購很重要，正規管道保安全

消費者應通過超市、大型批發市場等正規經營管道，選購來源可靠、養殖水域潔淨且符合安全標準的貝類。

一是“一看、二觸、三嗅、四聽”。一看外形，選擇大小均勻、外殼顏色較一致、有光澤的貝類。二觸肢體，鮮活貝類用手觸摸時，貝殼能閉合或外露肌體能縮回體內。三嗅氣味，新鮮貝類

應有其特有的氣味，如發臭或有異味，說明已不新鮮。四聽聲音，拿起貝類輕輕搖晃，如聽到啪啪聲，說明可能是空殼或有沙石。

二是不在污染區域採食貝類產品。沿海地區居民，不要在容易受到陸源污染的排水口（如電廠冷凝水、生活污水）或河道入海口附近“趕海”，打撈或採食貝類產品。

三是貝類要低溫貯存並儘快食用。

蒸熟煮透要記牢，適量食用有講究

注意製作衛生，蒸熟煮透。要保證加工製作貝類的衛生條件，蒸熟煮透，不生吃、半生吃或醃制後直接食用貝類。不要食用貝類消化腺等內臟。吃貝類要適量，一次不宜過多。