

芝士製品衛生情況

檢測報告

芝士除了含有各類豐富的營養素外，添加在食物中更會加添無窮滋味，所以芝士是澳門消費者最常食用的發酵食物之一。由於芝士製品以奶類製作，容易受細菌及霉菌等微生物污染而變壞及產生毒素，所以芝士製品具有一定的食品安全隱患。本會早前與市政署食品安全廳合作對澳門市面出售的芝士製品進行檢測，結果顯示相關產品致病性細菌及黃曲霉毒素M1全部符合標準要求，全部樣本合格。

樣本及標籤資料

10款芝士製品樣本由本會與市政署食品安全廳工作人員，以消費者身份於澳門超級市場購買。

樣本重量規格由108克至1,300克不等。標籤聲稱產地包括葡萄牙、澳洲、荷蘭、法國、意大利，以及西班牙。

檢測方法及檢測結果

本次檢測方法為中國國家標準GB 4789.30-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 單核細胞增生李斯特氏菌檢驗》、GB 4789.10-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 金黃色葡萄球菌檢驗》、GB 4789.4-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 沙門氏菌檢驗》及GB 5009.24-2016《食品安全國家標準 食品中黃曲霉毒素M族的測定》。

檢測結果顯示全部10款芝士製品樣本未檢出單核細胞增生李斯特氏菌、金黃色葡萄球菌、沙門氏菌及黃曲霉毒素M1，全部樣本合格。

檢測項目

單核細胞增生李斯特氏菌 (*Listeria Monocytogenes*)

李斯特氏菌可在低至攝氏零度的溫度下緩慢地生長繁殖，但經徹底加熱可將此微生物殺死。李斯特氏菌主要以食品為傳播媒介，對於保質期較長的冷藏即食食品，若處理不慎遭受污染，再加上長時間貯存於雪櫃，有機會令李斯特氏菌有充裕的時間生長繁殖，因此，李斯特氏菌污染常見於如芝士、沙律、刺身、煙燻海產等冷藏食品。

金黃色葡萄球菌 (*Staphylococcus aureus*)

金黃色葡萄球菌是一種常見的細菌，普遍存在於人體的鼻腔、咽喉、頭髮和皮膚而不會引起身體不適。此外，它們亦會大量存在於發炎或化膿的傷口上。此病菌的生長溫度為7°C-48°C，一般烹煮過程可將此菌消滅。然而，如果含菌的食物未有貯存於適當的溫度下，病菌便會大量孳生並產生毒素，此毒素則非常耐熱，不能被高溫消滅，因此為食物中毒的主要致病原之一。

沙門氏菌 (*Salmonella* spp.)

是最常見且分佈最為普遍的食源性疾病之一，廣泛分佈於家養和野生動物中，多見於食用動物（如禽類、豬、牛）、動物內臟及其製品等。攝入沙門氏菌之後6-72小時（通常為12-36小時）內出現疾病症狀，病程為2-7天。症狀相對輕微，通常出現急性發熱、腹部疼痛、腹瀉、噁心，有時嘔吐。大部份情況下，患者無需治療即可康復。但也有一些病例，特別是幼兒和老年患者，沙門氏菌可能引起嚴重的脫水並威脅生命。



芝士與消費者的健康

芝士是一種古老的食物，製作原理是以牛奶、羊奶等作為原料，通過加入乳酸菌、酵素、酸或加熱等方式，令原料當中蛋白質及脂肪等凝固後脫水而成。這種將奶類由液體凝固後，形成方便儲存、又可延長食用期的固體，很大程度保留了奶類食品豐富的蛋白質、鈣質及各類對人體健康有益的營養素。

以全脂奶製作的芝士含有高量脂肪，或有些芝士在製作過程中加入食鹽以增加風味及殺滅細菌，對於關注健康及要控制膳食的消費者，本會建議應參考營養標籤，選擇低脂及低鈉的芝士製品，才可避免在攝取豐富營養之餘造成健康的負擔。

黃曲霉毒素M1 (Aflatoxin M1)

環境欠佳及蟲患會令農作物容易受霉菌感染，而由黃曲霉菌產生的黃曲霉毒素已被世衛國際癌症研究機構 (IARC) 列為確定“令人類致癌” (第1組) 的物質。而當牛隻食用受黃曲霉毒素污染的飼料後，其生產的牛奶很大機會受到黃曲霉毒素M1的污染。

澳門第13/2016號行政法規《食品中真菌毒素最高限量》對奶及奶製品的黃曲霉毒素M1的最高限量為0.5µg/kg。

市政署食品安全廳對芝士製品之選購及食用衛生建議

- 向信譽良好的店舖購買芝士；
- 如屬預先包裝之芝士，應留意芝士的有效日期及包裝情況，不要購買和食用已過期、包裝破損或沒有密封的芝士；
- 如屬散裝之芝士，應留意芝士的貯存環境，是否清潔衛生，有妥善防止污染；
- 購買後應按照包裝上標示的保存方法妥善貯存，打開後儘快食用，剩餘的應放進清潔的食品容器中妥善包好，並貯存於5°C以下的雪櫃內；
- 若發現芝士內存有或疑有異味或異物時，不應食用；
- 對孕婦、長者和免疫系統受損 (例如愛滋病患者和糖尿病患者) 等高危人士，食用芝士前應細閱食物標籤，小心選擇。
- 硬芝士 (例如切達 (Cheddar)、艾民頓 (Emmental) 和特硬芝士 (例如巴馬臣 Parmesan)) 一般是安全的。
- 避免吃軟芝士 (例如菲達 (Feta)、布里 (Brie)、卡門貝爾 (Camembert) 和藍紋芝士 (例如丹麥藍芝士 Danish blue)、古岡左拉 (Gorgonzola) 和羅克福 (Roquefort))。
- 至於其他種類的芝士，只選吃那些用經巴士德消毒奶類製成的。
- 如不能確定，切勿食用。 

芝士製品衛生情況檢測結果

Resultados do teste de qualidade higiénica dos queijos

編號 ^[1] N.º (1)	商標 Marca	名稱 Designação	標籤聲稱 產地 Origem declarada no rótulo	重量/規格 Peso/unidade	零售價 ^[2] 澳門元 Preço de retalho ⁽²⁾ (MOP)	檢測結果 ^[3] Resultados ⁽³⁾
1	ALAVÃO	Queijo de vaca curado	葡萄牙 Portugal	430g	101.3	✓
2	Cowhead	PROCESSED CHEDDAR CHEESE (queijo Cheddar processado)	澳洲 Austrália	500g/ 24片 (fatias)	49.8	✓
3	ERU	PROCESSED CHEDDAR CHEESE SLICES (queijo Cheddar fatiado)	荷蘭 Países Baixos	150g/ 8片 (fatias)	15.0	✓
4	Kiri	Cream Cheese (Queijo cremoso)	法國 França	108g/ 6份 (unidades)	30.2	✓
5	卡夫 Kraft	獨立片裝較低脂芝士 Singles Processed Cheese 25% Less Fat (Queijo processado em fatias separadas, com redução de 25% de gorduras)	意大利 Itália	250g/ 12片 (fatias)	33.5	✓
6	Meadow Fresh	ORIGINAL CHEESE SLICES (Queijo fatiado)	澳洲 Austrália	200g/ 12片 (fatias)	17.5	✓
7	natu dairy	PROCESSED CHEESE SLICES (Queijo fatiado)	西班牙 Espanha	150g/ 8片 (fatias)	18.8	✓
8	PAIVA	Queijo FLAMENGO	葡萄牙 Portugal	1.3kg	146.3/Kg	✓
9	PAYSAN BRETON	Mimolette cheese slices (Queijo Mimolette fatiado)	荷蘭 Países Baixos	160g/ 10片 (fatias)	58.0	✓
10	Zanetti	CHEDDAR cheese slices (Queijo Cheddar fatiado)	意大利 Itália	120g	39.0	✓

註:

- [1] 樣本按英文名稱順序排列。
- [2] 不同零售點有價格差異。
- [3] 檢測方法為中國國家標準GB 4789.30-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 單核細胞增生李斯特氏菌檢驗》、GB 4789.10-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 金黃色葡萄球菌檢驗》、GB 4789.4-2016《食品安全國家標準 食品微生物學檢驗 沙門氏菌檢驗》及GB 5009.24-2016《食品安全國家標準 食品中黃曲霉毒素M族的測定》。“✓”代表樣本未檢出沙門氏菌、金黃色葡萄球菌、單核細胞增生李斯特氏菌及黃曲霉毒素M1。全部10批次樣本合格。

Nota:

- (1): As amostras são enumeradas por ordem alfabética da sua designação.
- (2) O preço pode variar entre diferentes locais de venda.
- (3) Foram adotadas como metodologia do teste as normas nacionais chinesas GB 4789.30-2016 (National Food Safety Standard - Food Microbiological Examination - Examination of *Listeria Monocytogenes*), GB 4789.10-2016 (National Food Safety Standard - Food Microbiological Examination - Examination of *Staphylococcus Aureus*), GB 4789.4-2016 (National food safety standard - Food microbiological examination - *Salmonella* Test) e GB 5009.24-2016 (National Food Safety Standard - Determination of M Aflatoxins in Foods). “✓” indica que não foi detectada a presença de salmonelas, estafilococos, *listeria monocytogenes* e aflatoxinas m1, tendo sido aprovadas todas as 10 amostras testadas.

1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

