

夏季食品安全消費提示

14-05-2021 四川消委

隨著夏季來臨，氣溫不斷升高，濕度不斷增大，各類病媒昆蟲活動頻繁，細菌生長繁殖迅速，食物容易腐敗變質，食物中毒易發、高發。針對夏季食品安全特點，為保障人民群眾飲食安全，預防食源性疾病及食物中毒事故的發生，特發佈夏季食品安全消費提示：

一是嚴把食物採購關。選購食品原材料要到具備相應資質、食品儲存條件較好、符合衛生要求的正規商場、超市和市場購買。購買預包裝食品時要注意查看標籤標識，不購買無廠名、廠址、生產日期、保質期的產品，觀察是否新鮮，是否在保質期內，包裝是否完整無損、有無鼓包（漲袋、胖聽）、有無顏色變化、有無出現異味等現象。不要採購未按規定進行檢驗檢疫的肉類和來源不明的畜禽肉。謹慎購買路邊攤販出售的自製熟食、涼拌菜等。不食用野生河豚魚、野蘑菇、野果。

二是食品儲存要合理。對於需要冷藏或冷凍的生鮮食品，購買後應避免在室溫下長時間暴露導致腐敗變質，儘快置於冰箱貯存（冷藏環境溫度的範圍應在 0°C~8°C、冷凍溫度的範圍宜低於-12°C），並儘量做到分隔或者獨立包裝，避免交叉污染。即開即食食品開啟後應妥善貯存並儘快食用，不宜久存。烹調好的食物在室溫下存放不要超過 2 小時；剩菜、剩飯等要及時冷藏，冷藏時最好用保鮮膜包好，冷藏時間不宜超過 24 小時，食用冷藏過的剩飯、剩菜前應確認食品無腐敗變質並經再次徹底加熱後方可食用。使用禽蛋前，應清洗禽蛋的外殼，必要時消毒外殼；破蛋後應單獨存放在暫存容器內，確認禽蛋未變質後再合併存放。

三是嚴格按照操作規範製作食物。加工經營場所要確保環境整潔、保持衛生，具備相應的防蠅、防鼠、防塵設施。從事接觸直接入口食品工作的人員應當每年進行健康檢查，取得健康證明後方可上崗工作，每天上崗前嚴格落實健康檢查制度，保持良好個人衛生。切配食品的工用具、盛裝食物的餐飲具要做到生熟分開，不可混用；生、熟食品要分開貯存、加工及處理，防止熟食成品與半成品、食品原料間相互交叉污染。冷凍食品烹飪前應徹底解凍，以防食品中心加熱不熟不透；加熱烹製過程要做到燒熟煮透，特別是肉類食材、四季豆（扁豆）、土豆、自製豆漿等；涼菜要現吃現做，可適當加入生蒜或食醋殺菌。

四是養成良好就餐習慣。注意個人衛生，飯前便後要洗手，疫情期間外出就餐做好個人防護。適度食用冷飲，特別是胃腸不好的消費者尤其要注意。

注意科學搭配膳食，多食富含纖維素、維生素的新鮮蔬菜、水果等清淡健康食品，切記暴飲暴食。食用散裝白酒或泡酒應採購標識標籤齊全，基酒、泡製材料符合規定的酒類。儘量不食生食水產品、海產品，儘量少食燒烤食品。餐飲服務單位要主動配置“公筷公勺”，引導消費者自覺使用，勸導消費者採用分餐就餐，防範感染風險；合理提供食譜功能表，推出半份菜、小份菜，鼓勵餐後打包，宣導綠色環保，杜絕餐飲浪費行為。

五是增強維權意識。在食品經營場所消費時，應主動索取消費票據等有關憑證，一旦發生消費糾紛，要運用法律武器保護自己的合法權益，可撥打電話 12315 或 12345 進行投訴舉報。就餐後一旦出現胃腸不適、噁心、嘔吐、腹痛和腹瀉等不適反應時，應立即停止食用可疑食物，儘快就近就醫，不要亂服藥物，以免延誤病情；同時，要向轄區市場監管部門報告，並注意保留消費憑證、病歷卡、化驗報告、可疑食物等相關證據。餐飲服務提供者一旦發生食品安全事故，應立即配合救治患者並報告相關部門，積極配合做好事故的調查處理工作。