

防災教育—食水及食品安全



目錄

CONTENTS



01

食水安全

供水系統受損、被污染，或因電力供應不足及故障而大規模停水，如何確保飲用水安全。



02

食品安全

確保食品安全，減少胃腸炎或引起公共衛生問題對醫療系統的負荷，是善後工作中的一個關鍵。



03

清理消毒、善後與維護

緊接災害過後的清理及重建，如何處理受損部份，防止衛生惡化而爆發傳染病，必須對環境及餐具進行徹底清潔消毒。



04

建議及總結

在災害來臨前，應如何提升防災意識完善抗災準備。在災害發生時如何應對以及儘快善後恢復。

01

食水安全

災害發生時，可能會導致供應食水的系統受損、被污染，或者因電力供應不足及故障，水泵無法正常運作而引起大規模停水等，因應這種突發狀況，我們可以這樣做。

01 食水安全

- 食水飲用前，必須煮至沸騰，或飲用沒有被水浸污染的瓶裝水。
- 必須飲用和使用安全可靠的水源去清洗用具和配製食品。
 - 按照民防單位、自來水公司指示，於指定的供水點取用食水；
 - 可以使用沒有被浸泡的瓶裝水來煮食。
- 使用已清潔和消毒的器皿或水桶來儲存飲用水。
 - 臨時儲水設備應儘量蓋上蓋子，以防蚊蟲孳生和防止受污染；
 - 切勿使用不潔的垃圾桶來運送和貯存食水，會增加感染水源性疾病的風險；
 - 關於器皿或設備消毒可參閱第三章。

01 食水安全

- 取得安全可靠的水源：



民防單位指定



自來水公司提供



指定供水點

01 食水安全



！ 特別注意 ！

消防喉及消防池的水供用作消防救災用途，長期處於靜止狀態，沒有足夠餘氯維持水質潔淨，不適宜飲用。

01 食水安全

● 切勿飲用水質不明或已受污染的水源

切勿使用雨水、井水、
溪澗水、泳池水、消
防喉的水來煮食或直
接飲用。

浸泡過海水或雨水後的瓶裝飲品或
飲水，縱使外觀未見異樣，但污水
可從螺旋蓋或拉環的空隙滲入瓶內，
故不宜飲用。

馬桶儲水箱的水可能
含有清潔和消毒劑，
勿用於煮食，但可作
個人及環境衛生用途。

切勿飲用冰箱內已融化霜
雪所得的水。

01 食水安全_恢復供水後

- 自來水復供後，可能帶有異常的色澤和氣味，**必須先讓管道內積水完全排出**，直至自來水回復清澈且無異味，方能使用。
- 排出食水管道積水時，如發現水質過於異常（例如：有汽油味、表面有油膜、過多泥沙或有排洩物的氣味），應停止使用及通知水公司查明原因。
- 復供後的自來水應**加熱至沸騰後再飲用**。

02

食品安全

災害發生後，部份食品可能因設施停電、水浸而受到不同程度的損壞或污染。為防止這些存有食用風險的食物被誤食，或因缺乏良好衛生條件處理食物，繼而引起更大的公共衛生問題，我們可以這樣做以降低災後引發食源性疾病的風險。

02 食品安全

個人、用具及
環境衛生

水源及食材安全

食物貯存於
安全溫度

食物徹底煮熟

生熟食物分開

世界衛生組織推出「**食品安全 5 要點**」，以簡單而有效的方法，預防食源性疾病的機會。

02 食品安全 _ 救災期間

- 救災及善後工作進行期間，進食經徹底煮熟的食品或沒有受損的乾糧。切勿進食或供應生冷、易變壞的高風險食品。
- 分發用於救災之食品應確保其安全及衛生。
 - 不宜同時大量烹煮，須注意食材、食水、食具的安全、運輸及貯存時間與條件；
 - 由完成徹底烹煮至供人食用之間的時間，最好控制在 2 小時內。
- 將溫度貯放不當的食品應全部丟掉，包括：熱食。
 - 已煮熟的食物在室溫下不應存放超過 2 小時，否則應丟掉；
 - 建議不要一次過處理和烹煮過量的食物；
 - 把熱食存放於 60°C 以上或冷藏於 5°C 以下；
 - 儘量縮短運送、展示和發放給市民進食的時間。



02 食品安全 _ 停電狀況

- 停電後至電力恢復前，儘量保持冷藏設備的門緊閉
 - 在停電後，一般 5°C 以下的冷藏櫃，其在4小時內食品可維持安全衛生；而 -20°C 以下的急凍櫃，則最多可達 48 小時；
 - 溫度會隨時間而上升，食品變質及變壞風險隨即增加。
- 倘若電力在短時間內恢復，冷藏設備內的食品如沒有變壞，應儘快食用。
 - 如發現食品已變色、變質、腐敗發臭應立即丟掉，並對冷藏設備進行徹底清理及消毒。
- 倘若停電太久，儘管食品的質量未見異常，也必須立即丟掉。
 - 無色、無味、無臭的細菌和毒素經過一段長時間有可能已經大量產生，進食後將危害健康。

02 食品安全 _ 水浸影響

- 切勿進食已浸泡過污水的非預包裝食品，並應立即丟掉及銷毀。
 - 商戶不應烹煮、供應及售賣已被污染的食品。若懷疑食品的安全性，請立即丟掉，以預防食物中毒。
- 若預包裝食品受水浸影響，可以依據以下建議方式進行處理，判決是否須立即丟掉及銷毀（當中部份可保留作臨時救災之用）。



02 食品安全 _ 水浸影響

封口沒有受損、外觀且標籤完整，必須以正確清洗方法去除外包裝表面污垢及適當消毒處理的前提下，有限度使用：



罐頭食品：頂部和底部為雙接縫
(Top and Bottom Double Seamed Cans)

如罐頭的封口受損，罐身突起或有跡象顯示食物滲漏，便應把罐頭棄掉。



殺菌袋包裝
(Retort Pouches)

如包裝袋的封口受損或有跡象顯示食物滲漏，便應棄掉。

02 食品安全 _ 水浸影響

下列不屬於防水密封包裝的預包裝產品，應直接棄掉切勿清抹後再供應。



易拉罐
(Pull Tops)



螺旋蓋
(Screw-Caps)

02 食品安全 _ 水浸影響

下列不屬於防水密封包裝的預包裝產品，應直接棄掉切勿清抹後再供應。

卡扣蓋
(Snap Lids)



自家製瓶裝食品
(Home Canned foods)

卷邊蓋
(Crimped Caps)



塑膠、紙張、紙盒、布和類似的容器包裝的食品
(Food Packed in Plastic, Paper, Cardboard, Cloth, and Similar Containers)

02 食品安全_防止擴散



- 災害事故發生後，救災人力緊張，商戶應**自發採取安全衛生方式處理垃圾**，防止疫病爆發。
- 清理及丟掉受損、受污染或易腐敗食品時應**分類包好**，並在**指定地點棄置**。
- **防止他人撿拾**，且可避免對環境衛生再度造成污染。

02 食品安全 _ 違法處罰



！ 特別注意 ！

如繼續加工、供應及出售廢棄、腐敗或變質的食品予他人食用，會觸犯《食品安全法》，市政署食品安全廳會就此進行檢控，若構成違法**最高可被罰款六十萬元或最高監禁五年。**

02 食品安全_嬰兒照護



沖調嬰兒配方奶粉必須使用潔淨、安全、可靠的水源，確保烹煮飲用水的器皿、奶瓶和奶粉不曾受到污染。



沖配嬰兒配方奶粉時之水溫不要低於 70°C，待奶液降溫至合適溫度才餵食。

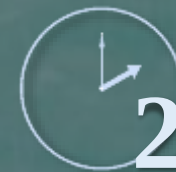


沖調嬰兒配方奶粉用的食水必須經徹底煮至100°C沸騰，再待其冷卻降溫後使用。



若使用樽裝蒸餾水沖調嬰兒奶粉，亦應先把水煮沸。

已沖調的嬰兒配方奶，須於2小時內飲用，否則必須扔掉。



03

清理消毒、善後與維護

在救災階段中，為防止暴發疫病加重醫療及救援工作負擔，維持個人及環境衛生非常重要。清理善後工作中嚴謹地執行清潔消毒步驟，以確保食品及個人的安全健康。

03 清理消毒、善後與維護

- 建議把以下被淹浸過的煮食用具和器皿丟掉。
 - 由於以下狀況，污水易滲入於物料內，表面清洗難於除去污水、異味、細菌及有害污染物。



表面有破損（如有裂縫、缺口等）的餐飲用具



木質用具（如木製砧板、木製餐具和用具等）



一次性餐飲用具（如即棄塑膠碗碟、紙質碗碟等）

03 清理消毒、善後與維護

- 進行清潔消毒前，請穿著保護衣物及戴上手套，以免因皮膚接觸到消毒劑或污物而受到刺激或感染，並充分考慮備有足夠的水資源供使用。
- 使用食用級漂白水徹底清洗和消毒所有煮食用具和器皿。
 - 漂白劑和清水的比例，必須按照生產商指示來配製，否則過量餘氯會危害健康；
 - 如燃料條件許可及安全水資源的情況下，最好使用熱水沖洗，清洗後待風乾；
 - 應使用乾淨及安全的水源進行食具清潔消毒工作。
- 使用漂白水徹底清洗和消毒環境。
 - 包括檯面、地板、牆壁、天花板、垃圾筒及廢棄物置放區，清洗後待風乾。

03 清理消毒、善後與維護 _ 對餐飲用具及設備的消毒

- **熱力消毒**：以蒸煮加熱安全衛生的水作消毒之用。

方法	有效溫度	持續最少時間
熱水浸泡消毒	$> 80^{\circ}\text{C}$	2分鐘
蒸氣消毒	$> 77^{\circ}\text{C}$	15分鐘
	$> 94^{\circ}\text{C}$	5 分鐘
洗碗機機械消毒	$80 \sim 90^{\circ}\text{C}$	40 秒

03 清理消毒、善後與維護 _ 對餐飲用具及設備的消毒

- **化學消毒**：常用含氯藥物（如：稀釋漂白水）消毒之方法。餐飲器具須完全浸泡入消毒液體中，化學消毒後的餐飲器具應用清水沖去表面的消毒劑殘留。

化學消毒劑	特定條件	有效濃度範圍 (ppm)	持續最少時間
氯化合物(Chlorine solution) (漂白粉、漂白水、二氯異氰尿酸鈉)	水溫 $\geq 49^{\circ}\text{C}$	25~49	1 分鐘
	pH ≤ 10 及 水溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$	50~99	
	pH ≤ 8 及 水溫 $\geq 24^{\circ}\text{C}$	50~99	
	水溫 $\geq 13^{\circ}\text{C}$	100	

03 清理消毒、善後與維護

- 清洗儀器設備（包括：急凍櫃、冷藏櫃、溫水槽、保溫櫃、切割機、碎肉機等），必須按照說明書或生產商建議使用特定的清潔劑和方法進行清洗和消毒，處理不當會損害儀器，亦會影響食品安全。
- 若展示及貯存食品用的器具已經損毀，必須儘快修理或購買新的器具。
 - 不建議使用冰塊及乾冰去取代雪櫃和急凍櫃的功能。

04

建議及總結

給業界的建議

- 不要派發和售賣受污染或已腐爛的食品，**以免違反《食品安全法》**。

- 確保電器運作正常，食品儲存於正確的溫度、存放時遵守上熟下生，以防交叉污染。



- 必須提供衛生、安全的飲料、食品、醬料和餐具給員工和顧客進食。



- 徹底清洗及消毒店舖內每一個角落。**為異味找出原因**，以防腐爛的食品或已死去的蟲鼠所致。



- 缺乏潔淨水源、冷凍保溫的設備不足、環境未完成清潔消毒，**令食品安全得不到保障，店主應暫停營業。**



給市民大眾的建議



- **注意個人衛生**，
經常用梘液和
水清洗雙手，
並搓洗雙手至
少20秒。

- 應把飲用水
及食品**徹底**
煮熟，方能
進食。

- **高風險人群**應
儘量避免外出
進食，以免食
不潔的食物。

- 如有胃腸炎徵狀，
應**立即求醫診治**。

「食品安全資訊」網頁：
<http://www.foodsafety.gov.mo>



食品安全資訊網 QR code

O código QR da página electrónica da
“Informação sobre Segurança Alimentar”

「食安資訊」手機應用程式





食安專線 2833 8181
www.foodsafety.gov.mo