

# 疾病控制與預防中心 (CDC) 5 大導致食源性疾 病風險因素

疾病控制與預防中心 (CDC) 估計，美國每年因食源性疾病有 4,800 萬人生病，128,000 人住院，3,000 人死亡。

疾病控制與預防中心 (CDC) 已經確定了這些最常導致食源性疾病爆發的 5 大風險因素。



## 不當保溫溫度

90% 食品中毒病例發生是因為有潛在危險的食品保溫溫度不當。



## 不當烹飪溫度

食品藥物管理局確定了熟食的最低內部溫度。



## 受污染的設備

受污染的器具和設備會導致食品交叉污染。



## 不良個人衛生

食品工人可能是有害細菌的一個重要來源。



## 來源不安全的食品

所有食品都必須從核准來源獲得後分發。



# 干預措施

消除或最小化風險因素的行為或過程。

## 聯絡方式

一般問題  
報告食源性疾病  
投訴  
許可證資訊  
計劃檢查資訊

[FHDutyEH@sdcounty.ca.gov](mailto:FHDutyEH@sdcounty.ca.gov)  
[v FHDEpi@sdcounty.ca.gov](mailto:FHDEpi@sdcounty.ca.gov)  
[FHDComplaints@sdcounty.ca.gov](mailto:FHDComplaints@sdcounty.ca.gov)  
[v FHDPermits@sdcounty.ca.gov](mailto:FHDPermits@sdcounty.ca.gov)  
[www.sdcountyplanchek.org](http://www.sdcountyplanchek.org)

## 適當溫度控制

- 將熱食保持在 **135°F** 或以上，將冷食保持在 **41°F** 或以下。
- 避免在溫度危險區 (**42°F-134°F**) 儲存有潛在危險的食品。
- 保持所有製冷裝置維修狀況良好。
- 使用適合測量內部食品溫度的精確金屬探針溫度計。
- 確保對所有易腐食品採用快速冷卻及重新加熱程序。
- 以核准方式解凍冷凍食品。

## 食品烹製得當

- 將食品烹飪至所需最低溫度：
  - 保溫前的水果/蔬菜：**135°F**
  - 魚類：**145°F**
  - 蛋類：**145°F**
  - 豬肉：**145°F**
  - 碎肉：**155°F**
  - 家禽：**165°F**
- 烹飪食品時，將精確金屬探針溫度計插入食品中心，檢查是否達到適當溫度至少 **15 秒**。

## 食品設備和用具經過清潔和消毒

- 所有設備（即爐灶、烤架、冰箱、桌子、水槽等）都應乾淨且維護良好。
- 正確清洗和消毒食品接觸表面和多功能用具。
  - 氯：**100 百萬分率 (ppm)** 持續 **30 秒**。
  - 季銨：**200 百萬分率 (ppm)** 持續 **1 分鐘**。
  - 水在 **171°F** 至少持續 **30 秒**。
- 確保僅以核准方式和位置安裝核准設備。
- 以核准方式使用抹布，並存放在核准消毒劑濃度內。
- 保持設施沒有昆蟲和嚙齒動物侵擾。

## 防止員工污染

- 提供經過所有者或員工認證的食品安全。
- 適當訓練食品處理人員。
- 確保員工生病時不在現場工作。
- 保持洗手台乾淨、方便，且備有肥皂和紙巾。
- 正確使用手套。
- 確保外衣乾淨並限制頭髮。
- 禁止在設施內吸煙或使用煙草。

## 從核准來源獲取食品

- 從當地、州或聯邦監管的食品設施獲取食品。
- 僅從持照設施購買原料。
- 保留一份食品購買地點清單，並保留發票/收據副本以追蹤所有購買的食品。
- 注意交貨條件和產品品質。