

الأمراض المنقولة بالأغذية



قد تتسبب الأيام شديدة الحرارة في انقطاع التيار الكهربائي، ما يؤدي إلى تعطل أنظمة التبريد في الشاحنات والمستودعات والمتاجر والمنازل. وقد يعني هذا عدم حفظ الطعام في درجات حرارة آمنة، ما قد يؤدي إلى تلفه في أثناء النقل أو التخزين. تشمل الأطعمة القابلة للتلف والمعرضة لخطر الفساد اللحوم والبيض ومنتجات الألبان والفواكه المقطعة وبعض الخضراوات والأرز المطبوخ وبقايا الطعام.

يمكن للأيام الحارة والرطوبة أيضًا أن تخلق ظروفًا مثالية لنمو البكتيريا مثل السالمونيلا. عندما تنمو هذه البكتيريا على الطعام الذي نتناوله، فإنها قد تسبب أمراض الجهاز الهضمي مثل اضطراب المعدة والإسهال والقيء والجفاف.

من الأكثر عرضة للخطر؟

- الأشخاص الذين تزيد أعمارهم على 65 عامًا
- الأطفال تحت سن 5 سنوات
- الحوامل
- مرضى ضعف جهاز المناعة

ما الذي يمكننا فعله حيال هذا؟

- فحص الثلاجة ومخزن المؤن بحثًا عن الأطعمة التي يمكن أن تكون ملوثة
- عدم ترك الأطعمة القابلة للتلف خارجًا لمدة تزيد على ساعة في أثناء النقل والمناولة
- إذا ظلت أبواب الثلاجة والمبرد مغلقة، فسيظل الطعام آمنًا لمدة تصل إلى: 4 ساعات في الثلاجة، و48 ساعة في المبرد الممتلئ بالكامل، و24 ساعة في المبرد نصف الممتلئ
- التخلص من الأطعمة القابلة للتلف في الثلاجة (اللحوم والأسماك والفواكه والخضراوات المقطعة والبيض والحليب وبقايا الطعام) بعد مرور 4 ساعات من دون كهرباء
- استخدام المبردات لنقل المواد الغذائية المبردة والمجمدة
- التحقق من درجات الحرارة: يجب أن تكون درجة حرارة الثلاجة 35 درجة - 38 درجة فهرنهايت والمبرد أقل من 0 درجة فهرنهايت
- التعامل مع الطعام وطهيهِ وفق توجيهات التحضير الآمنة



تعرف على المزيد على:

<http://www.mass.gov/ClimateAndHealth>



Bureau of Climate and Environmental Health
Environmental Toxicology Program
Massachusetts Department of Public Health