



Bệnh do thực phẩm

Những ngày nắng nóng cực độ có thể gây mất điện khiến hệ thống lạnh trong xe tải, nhà kho, cửa hàng và nhà ở bị hỏng. Đây có thể là nguyên nhân khiến thực phẩm không được bảo quản ở nhiệt độ an toàn, có thể dẫn đến thực phẩm bị hư hỏng trong quá trình vận chuyển hoặc bảo quản. Thực phẩm dễ hỏng có nguy cơ bị hư hỏng bao gồm thịt, trứng, sữa, trái cây cắt sẵn, một số loại rau, cơm và thức ăn thừa.

Những ngày nóng ẩm cũng có thể tạo điều kiện lý tưởng cho vi khuẩn như salmonella phát triển. Khi những vi khuẩn này phát triển trong thực phẩm chúng ta ăn, chúng có thể gây ra các bệnh về đường tiêu hóa như khó chịu ở dạ dày, tiêu chảy, nôn mửa và mất nước.

Ai là người có nguy cơ cao?

- Người trên 65 tuổi
- Trẻ em dưới 5 tuổi
- Người mang thai
- Người bị suy giảm miễn dịch

Chúng ta có thể làm gì để phòng tránh?

- Kiểm tra tủ lạnh và tủ đựng thức ăn để tìm những đồ vật có thể bị nhiễm khuẩn
- Không để thực phẩm dễ hỏng quá một giờ trong quá trình vận chuyển và xử lý
- Nếu cửa tủ lạnh và tủ đông vẫn đóng, thực phẩm sẽ được giữ an toàn tối đa: 4 giờ trong tủ lạnh, 48 giờ trong tủ đông kín, 24 giờ trong tủ đông nửa kín
- Vứt bỏ thực phẩm dễ hỏng trong tủ lạnh (thịt, cá, trái cây và rau củ cắt sẵn, trứng, sữa và thức ăn thừa) sau 4 giờ bị cúp điện
- Sử dụng thùng giữ lạnh để vận chuyển thực phẩm trữ lạnh và đông lạnh
- Kiểm tra nhiệt độ: tủ lạnh phải ở nhiệt độ 35°-38°F và tủ đông phải ở nhiệt độ dưới 0°F
- Xử lý và nấu thức ăn theo hướng dẫn chuẩn bị an toàn



Tìm hiểu thêm tại:

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



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