

食源性疾病

極端炎熱的天氣可能會導致停電，從而導致卡車、倉庫、商店和家庭的製冷系統出現故障。這可能意味著食物不能保持在安全溫度下，從而導致食物在運輸或儲存過程中變質。容易變質的易腐爛食物包括肉、蛋、乳製品、切好的水果、部分蔬菜、米飯和剩菜。

炎熱潮濕的天氣也可以為沙門氏菌等細菌的生長創造理想的條件。當這些細菌在我們吃的食物上生長時，會引起胃腸道疾病，如胃部不適、腹瀉、嘔吐和脫水。

什麼人的風險更高？

- 65 歲以上的人群
- 5 歲以下兒童
- 孕婦
- 免疫系統受損的人

我們能做些什麼？

- 檢查您的冰箱和食品儲藏室是否有可能被污染的物品
- 在運輸和處理過程中，易腐食品放置不超過一小時
- 如果冰箱和冷凍室的門保持關閉，食物可保持安全的時間為：在冰箱中保存 4 小時，在裝滿的冷凍室中保存 48 小時，在部分裝滿的冷凍室中保存 24 小時
- 停電 4 小時後，扔掉冰箱裡的易腐爛食物（肉、魚、切好的水果和蔬菜、雞蛋、牛奶和剩菜）
- 使用冷藏箱運輸冷藏和冷凍食品
- 檢查溫度：冰箱溫度應為 35°-38°F，冷凍室溫度應低於 0°F
- 根據安全製備說明處理和烹飪食物



如需了解详细信息, 请访问:
mass.gov/ClimateAndHealth



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