

明智的選擇： 關於未煮熟的食物， 您需要瞭解什麼

您的安全是我們共同的頭等大事。即使食物是按照安全標準精心準備的，食用生的或未完全煮熟的食物仍然會帶來風險。本手冊提供的資訊可以幫助您做出明智的選擇。



為什麼這很重要

食用生的或未煮熟的肉類、家禽、海鮮、貝類或蛋類可能會增加您患食源性疾病的風險。

哪些人面臨的風險更高？

有些人更容易因食源性疾病而出現嚴重的併發症。我們建議患病風險較高的人選擇完全煮熟的食品。



孕婦



幼兒
(5歲以下)



老年人
(65歲以上)



免疫系統較弱的人

菜單上未煮熟的或生的食品

以下是一些未煮熟的或生的食品的例子以及所涉及的一些風險：



壽司和生魚片（生魚）

可能攜帶沙門氏菌和弧菌等細菌或瘧原蟲等寄生蟲。



家禽

未煮熟的鴨肉或雞肉（如肝醬）可能含有沙門氏菌或曲狀桿菌等細菌。



牛排或漢堡包

可能含有大腸桿菌或沙門氏菌等細菌。



雞蛋

未煮熟的菜肴，或者蛋黃稀軟的生雞蛋都可能攜帶沙門氏菌。



魚

未煮熟的鮮魚可能無法殺死所有可致病的細菌和寄生蟲（如蠕蟲）。

食源性疾病的症狀

食用受污染的食物後數小時至數週內，請注意可能出現的以下症狀和其他症狀：

· 腹瀉 · 發燒 · 胃痙攣 · 嘔吐

雖然許多食源性疾病會自行痊癒，但也有一些疾病需要就醫。如果症狀嚴重或持續時間較長，請及時就醫。

我們會隨時提供幫助

我們都希望您能享受到既愉快又安全的用餐體驗。如果您有任何疑問或需要幫助以做出最符合您需求的選擇，請告知餐廳工作人員。您的健康和 safety 始終是我們的首要任務。