

台灣地區氣候高溫潮濕，夏季氣溫常高達攝氏 30 幾度，各種微生物繁殖迅速，食品也容易腐敗，若不特別注意飲食衛生，極易發生食品中毒事件，因此，民眾應謹守「清潔、迅速、加熱或冷藏、避免疏忽」等四項原則以預防食品中毒的發生。

食物放在室溫不宜超過 4 小時

根據統計，去年發生的食物中毒案件共 208 件，比 88 年的 150 件多了 58 件，患者人數 3759 人，死亡人數 3 人；分析去年台灣地區發生食品中毒的病因物質仍以腸炎弧菌的 84 件佔第一位，金黃色葡萄球菌 22 件佔第二位，其次為沙門氏菌 9 件、仙人掌桿菌 6 件。

分析去年食品中毒案件攝食場所發現，34.1%的案件是發生在營業場所；16.8%的案件發生在學校；15.4%發生在外燴；分析食品中毒原因發現，40.4%的案件中毒原因為熱處理不足；39.4%的案件為生、熟食交互污染。

夏季是食品中毒案件發生的高峰期，衛生署食品衛生處表示，民眾只要食用放在室溫超過 4 小時以上且經過細菌污染的食物，均可能發生食品中毒。

不幸中毒時，保留嘔吐物或排泄物留待化驗

食品衛生處指出，腸炎弧菌、金黃色葡萄球菌及沙門氏菌這三種細菌造成的食品中毒發生頻率高，主要原因是因為生熟食交叉污染、生鮮食品未加熱完全、食品調製完成後於室溫放置過久及保溫不當所造成。

一般而言，腸炎弧菌所引起的食品中毒，潛伏期為 2～48 小時，主要症狀為下痢、激烈腹痛、惡心、嘔吐、頭痛、發燒等；金黃色葡萄球菌主要中毒原因為食品受污染，如乳製品、便當、生菜沙拉等，中毒潛伏期為 1～8 小時，主要症狀為嘔吐、腹瀉、下痢、虛脫，死亡率幾乎為零。食品衛生處提醒，食品中毒主要預防方法為遵守「清潔、迅速、加熱與冷藏、避免疏忽」等食品處理的原則。

即食物應徹底清洗、儘快處理，並應保存於冰箱中，食用前應予加熱煮沸，餐飲調理工作應按部就班、謹慎處理，遵守衛生原則。若不幸發生食品中毒，應將患者趕緊送醫急救，且要保留剩餘食物及患者的嘔吐或排泄物，並儘速通知衛生單位。