

民眾在家料理防治邦克列酸(Bongkreikic Acid)食品中毒指引

衛生福利部食品藥物管理署 113 年 7 月 12 日訂定

壹、前言

為避免民眾於自宅自行烹調料理時發生邦克列酸(Bongkreikic Acid)食品中毒，特制定本指引，供民眾參考。

貳、料理注意事項

一、個人衛生

- (一) 料理前以肥皂洗淨雙手(手心手背至少搓洗 20 秒)。
- (二) 製備期間隨時維持手部清潔，手部有污染應重新洗淨。
- (三) 手部傷口應適當包紮後，再戴上手套，方可執行製備作業。

二、食材衛生

- (一) 應挑選新鮮、外觀無異狀、變質、腐敗之食材。
- (二) 建議料理前，再次確認食材是否有已有變質、腐敗，非屬食材正常性狀，如發黴、不良氣味、表面已有黏液、產生酸味等。
- (三) 製備食材建議依照使用量進行處理，需求多少處理多少，確保食材新鮮。

三、製備安全

- (一) 如自製濕式熟化澱粉類米麵食品(如麵條、粿條、粿條、米

粉、炊粉、河粉、涼皮等)，建議於當日食用完畢。

(二)食材如需浸泡(復水)，應使用符合飲用水水質標準之潔淨

水源、定時換水，並放置於冰箱冷藏。

(三)使用容器具(如刀具、砧板、鍋碗)澈底洗淨，使用前再次

確認保持清潔，並建議以攝氏 100℃ 之沸水再次進行容器

具消毒。

(四)生、熟食分開處理，器具不共用，若無法分開，器具則應

澈底洗淨才可使用。

(五)食材烹煮應澈底加熱，確保食用安全。

(六)若需自行發酵應注意溫度管控，過程中若有顏色異常或異

味產生，切勿使用。

四、貯存安全

(一)料理後應儘速食用完畢(建議於 2 小時內)，未食用完畢者，

儘速置於冰箱儲放。

(二)建議復熱以一次為限(勿重複復熱)。

(三)濕式熟化澱粉類米麵食品(如：麵條、板條、粿條、米粉、

炊粉、河粉、涼皮等)建議以冷藏保存，應儘速使用完畢。

參、民眾發生疑似邦克列酸(Bongkreikic Acid)食品中毒處置

- 一、民眾無論單獨或群聚用餐後，若出現相似之腸胃症狀，如腹瀉、嘔吐、腹痛，或有噁心、發燒、頭痛(暈)、嗜睡、過度出汗、心悸、血性便秘、尿量減少、血尿等疑似邦克列酸中毒症狀，請儘速就醫尋求醫療專業人員幫助。
- 二、儘量保留剩餘食品檢體，以利衛生單位進行調查，釐清食品中毒原因。