

Mẹo Vặt Đơn Giản Khi Gặp Thiên Tai: An Toàn Thực Phẩm Căn Bản

Không ăn những thực phẩm thiếu an toàn

Thực phẩm thường an toàn trừ khi chạm phải nước lụt hay không được giữ lạnh. Phải loại bỏ những thức ăn hay thức uống nếu:

- Sáp thiêu thối.
- Đã bốc mùi, đổi màu hay cảm thấy bất thường.
- Đã tiếp xúc với nước lụt, và không có bao bì chống thấm nước.
- Có nắp vặn hoặc nắp bật.
- Hộp đã bị han rỉ, nổi phồng, bị rò rỉ, quá móp méo hay nhăn nhúm.

Đồ hộp (lon) nào chưa bị hư hại vẫn có thể được giữ lại. Trước tiên là:

- Gỡ nhãn hiệu trên hộp; Rửa hộp với xà bông và nước sạch.
- Sát trùng bằng hỗn hợp pha bằng 1 muỗng canh thuốc tẩy với 1 gallon nước sạch.
- Viết tên sản phẩm và hạn sử dụng trên hộp. Nếu thấy khả nghi, cần phải vất bỏ!

Phải giữ cho thực phẩm lạnh

Phải loại bỏ những thực phẩm trong tủ lạnh hay ngăn đá nếu như:

- Thực phẩm đã để ở nhiệt độ 41 độ F từ 4 tiếng trở lên.
- Đã tan đá từ 2 tiếng trở lên.

Nếu quý vị bị mất điện, tủ lạnh vẫn có thể giữ cho thực phẩm lạnh từ 4-6 tiếng nếu cửa tủ đóng kín. Thực phẩm đông lạnh cũng vẫn ở trạng thái đông lạnh thêm một ngày nữa trong tủ đã vơi một nửa và được đóng kín, còn nếu tủ đầy thì giữ được thêm 2 ngày.

Sử dụng nước an toàn

Chỉ sử dụng nước an toàn làm thức uống, nấu ăn, làm đá lạnh hay pha sữa trẻ em, và để rửa tay hay rửa chén. Nếu giếng nước của quý vị đã bị ngập lụt thì nước dưới đó cũng không còn an toàn nữa.

Chùi rửa tay và các bề mặt

Chùi rửa các bề mặt như mặt quày, bồn rửa, chén đĩa, muỗng nĩa, và những vật dụng dùng để chứa thức ăn.

Thực hiện 5 bước sau để làm sạch các bề mặt:

1. Dùng xà bông và nước sạch, ấm;
2. Tráng bằng nước sạch;
3. Ngâm 1 phút trong hỗn hợp pha bằng 1 muỗng canh thuốc tẩy gia dụng với 1 gallon nước sạch;
4. Lau mặt quày và ngâm chén đĩa, muỗng nĩa trong hỗn hợp thuốc tẩy này;
5. Để khô trong không khí.

Trước khi đụng chạm vào thực phẩm, tay phải rửa thật sạch.

Cọ rửa tay với xà bông và nước sạch.

Nếu quý vị bắt buộc phải đọc tài liệu này dưới dạng khác, thí dụ như khổ chữ lớn, Braille hay băng cát-sét, gọi số 651-201-5000 hay 1-800-657-3908. Cho người điếc hay lạng tai TTY: 651-201-5797.



Environmental Health Division
625 Robert St. North, PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-5000
www.health.state.mn.us