

## 我们的餐厅检查员不吃哪些食物？

每年，我们由 40 多名餐厅卫生调查员组成的团队会走访 12,000 多家获得许可的食品企业，在金县进行 20,000 多次现场检查。在走访期间，他们会观察食品处理方式，确保设备正常运行，检查食品和水的温度，并验证清洁和消毒做法。他们会与员工和经营者一起解决所有问题。

我们的检查员经常被问到的一个问题是，这项工作是否会改变他们就餐的地方。大多数情况下，答案是否定的。毕竟，如果金县的一家餐馆开业，就意味着它符合最低食品安全规范。

但在餐馆的调查经历给我们的调查人员提出了另一个问题——他们是否因为食源性疾病（俗称食物中毒）的风险而避免食用某些食物？我们询问了一些检查员，得到了各种各样的答案。其中许多人说他们不会避免食用任何类型的食物。对于那些确实避免食用某些食物的检查员来说，出现了两种趋势：

### 生的或未煮熟的蛋白质

**生蚝**是我们检查员普遍避免食用的食品。一位检查员说：“我是个相当喜欢冒险的食客，但我处理过太多与生蚝相关的疾病调查。去年，我们进行了 37 项食源性疾病调查，其中 [27 项与生蚝有关](#)”！（提供有翻译版本的资源）。这里担心的是[诺如病毒](#)（提供有翻译版本的资源）和[弧菌病](#)（提供有翻译版本的资源）。有些风险是季节性的——当水温升高时，弧菌病病例会上升，而诺如病毒则随时可能发生。因此，如果您是生蚝爱好者，请注意夏季和秋季患病的风险更高。

**班尼迪克蛋**（eggs benedict）被几位检查员提及。其中一位说他“因为看到未煮熟的蛋清（不是蛋黄）而需要把整盘食物给退回去，这特别危险”。这里担心的是肠炎沙门氏菌。虽然这位检查员承认总体风险很低，然而一般人一年会吃几百只鸡蛋，这使得可能吃到受污染鸡蛋的概率增加。消除沙门氏菌的风险并不难 - 将鸡蛋在 145 华氏度（63 摄氏度）的温度下煮 15 秒即可。

**未煮熟的汉堡包**也被提及了，主要是因为如果汉堡包没有达到适当的烹饪温度（158 华氏度或 70 摄氏度），可能会感染大肠杆菌。

### 芽菜和绿叶蔬菜

**芽菜**是检查员普遍避免的食物。一位检查员称，他见过太多与生的或未煮熟的芽菜（通常是苜蓿芽或绿豆芽）相关的食源性疾病爆发。

最让我吃惊的是？一位检查员很少在餐厅吃**沙拉**。多年来他了解到，种植绿叶蔬菜的场所的安全措施正在下降。如果蔬菜没有正确冲洗，就会导致更多的细菌。不过，另一位同事说，这可能只是他不吃蔬菜的借口。

### 风险因人而异

对于一些检查员来说，他们并不担心自己的风险，但他们担心的是他们的孩子。其中一位说：“我自己很乐意吃寿司、班尼迪克蛋、五分熟的肉等。但自从成为父母后，我就非常注意我的孩子吃什么 - 无论是在餐馆还是在家里。三岁孩子的免疫系统还未像成年人一样发育好。幸运的是，餐馆不允许在儿童菜单上提供未煮熟或生的食物，这可以帮助我选择更安全的食物”。

一般而言，年龄较小（5 岁以下）、年龄较大（65 岁以上）、怀孕或免疫功能低下的人患食源性疾病的风险较高。如果您不确定自己的风险是否较高，我们建议您咨询您的医疗保健提供者。

## 哪里可以了解更多信息

您可以在[我们的网站](#)上了解有关食品保护计划的更多信息（提供有翻译版本的资源）。您会找到[餐厅检查记录数据库](#)（提供有翻译版本的资源），以及最新的[食源性疾病爆发信息](#)（提供有翻译版本的资源）。

外出就餐时，请注意菜单底部的警告 – 它们会提醒您菜单上的哪些食物可能更具风险。此外，您在餐厅窗户上看到的[食品安全等级标牌](#)（提供有翻译版本的资源）会让您了解餐厅食品安全实践的水平。这些标牌会告诉您餐厅超过最低标准的程度。总而言之，如果一家餐厅在金县开业，就意味着它符合经营的最低食品安全标准。