

ตรุษจีน เลือกก็ข เลือกใช้ ชีวิตปลอดภัย เฮง เฮง เฮง ตลอดปี

ฉลองตรุษจีนแบบ New Normal

เว้นระยะห่าง และล้างมือบ่อยๆ

ตักอาหารแบ่งใส่จาน และใช้ช้อนส่วนตัว

ไม่ใช้มือเปล่าหยิบอาหารหรือน้ำแข็ง

สวมหน้ากากตลอดเวลาขณะสนทนากับญาติ



2 M



การเลือกบริโภคอาหาร



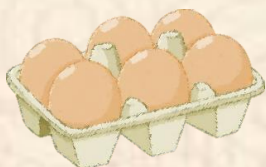
เนื้อสัตว์

- เนื้อสัตว์แบบต้มสำเร็จ >> เลือกร้านที่ทำสดใหม่ อาหารสุกทั่วถึง 100%
- เนื้อสัตว์สด >> เนื้อแน่น ไม่มีจ้ำเลือด มีสีและกลิ่นตามธรรมชาติ ไม่มีเม็ดสาหร่ายหรือตัวอ่อนพยาธิ



อาหารกระป๋อง

- กระป๋องไม่บุบบวมหรือเป็นสนิม แสดงฉลาก วัน/เดือน/ปีที่ผลิต และหมดอายุ



ไข่เป็ด ไข่ไก่

- เปลือกไข่สะอาด ไม่แตกร้าว มีฉนวนล น้ำหนักไม่เบาเกินไป



ผัก ผลไม้

- สด ใหม่ และล้างให้สะอาด ก่อนบริโภค



ขนมต่างๆ

- เลือกจากร้านที่ทำสดใหม่ สีสัมผัสไม่ฉูดฉาด บรรจุในภาชนะที่มิดชิดและสะอาด



การเก็บอาหารไหว้

- ควรเก็บในตู้เย็นและนำมาอุ่นให้ร้อนก่อนรับประทาน



ข้อควรระวัง



- >> ระวังเชื้อราในขนมต่าง ๆ ที่มีการเก็บไว้นาน
- >> ควรดูฉลาก วัน/เดือน/ปี ที่ผลิตและหมดอายุก่อนซื้อ

แหล่งที่มาของข้อมูล

- แพทย์แนะนำ วิธีการเลือกซื้ออาหารในช่วงเทศกาลตรุษจีน (ออนไลน์) :

<https://www.rama.mahidol.ac.th/ramachannel/infographic>, 27 ธ.ค. 64

- อย. แนะนำเลือกซื้ออาหารไหว้เจ้าให้ปลอดภัย ช่วงเทศกาลตรุษจีน :

https://oryor.com/%E0%B8%AD%E0%B8%A2/detail/media_news/1995, 27 ธ.ค. 64



สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร
กองสุขาภิบาลอาหาร
Foodsanitation Division
Health Department BMA