

หอยนางรม

- กินดิบ ตายได้ จริงหรือ ? -

หอยนางรม

กับน้ำจืดรสแซ่บพร้อมกระถิน ใครได้ชิมเป็นต้องแซ่บบ

แถมยังมีคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น Vit A, B1, B2, B3, c, และ D อีกมากมายด้วย
หากแต่ แอ่บมีสิ่งอันตรายตัวเล็กตัวน้อยแนบมาด้วยถ้าหากบริโภคดิบซึ่งเป็นเชื้อก่อโรคใน
ระบบทางเดินอาหาร เช่น *Vibrio parahaemolyticus*, *E. coli*, *Salmonella* spp. เป็นต้น
และหากมีสารพิษในกลุ่ม Shellfish Poisoning รวมอยู่ด้วยแล้ว
อาจมีอันตรายถึงชีวิตได้นะเจ้าคะ

อาการที่มักพบ



มีไข้ ปวดหัว ท้องเสีย คลื่นไส้ อาเจียน

ข้อควรระวัง : สำหรับผู้สูงอายุ และผู้ที่เป้นโรคไต โรคกระเพาะ
เบาหวาน AIDS โดยเฉพาะโรคตับ ! ควรหลีกเลี่ยง

การเลือกซื้อ

~ ซื้ออย่างไรให้ **สด ดี และปลอดภัย** ~



แหล่งผลิต/ขาย



สดใหม่



เนื้อสีไม่คล้ำ



เนื้อไม่ยุ่ย

กินอย่างไร ปลอดภัย

1. หลีกเลี่ยงการกินแบบสุกๆ ดิบๆ
2. รับประทานแบบปรุงสุกใหม่ แบบลวกหรือต้ม
ที่อุณหภูมิ 70 °C เป็นเวลา 3 นาที
3. ไม่วางปนกันระหว่างอาหารสุกและดิบ
4. ทำความสะอาดอุปกรณ์เครื่องใช้ก่อนนำไปปรุง
อาหารชนิดอื่น

