

خرافات وحقائق عن سلامة الأغذية

جمعية طهور لرعاية ومساندة مرضى السرطان بعنيزة



خرافات وحقائق عن سلامة الأغذية

لا

معظم الكائنات الحية الدقيقة التي قد تسبب لك المرض لا تغير مظهر الغذاء ولا رائحته.



هل يمكن أن تعرف إن كان الغذاء مأموناً بناءً على مظهره ورائحته؟

لا

هل تسري قاعدة الثواني الخمس على الأغذية؟



يمكن للكائنات الحية الدقيقة أن تنتقل إلى الأغذية الملقاة على الأرض وأن تسبب المرض في بعض الحالات.

خرافات وحقائق عن سلامة الأغذية

لا

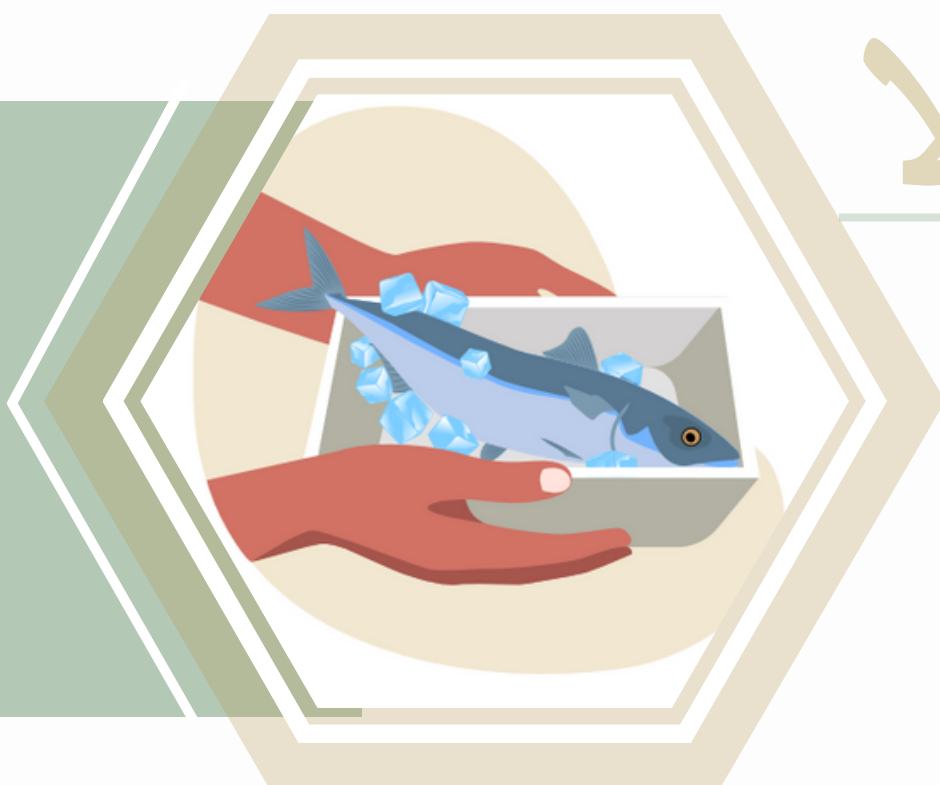
غسل الدواجن يمكن أن ينقل
كائنات حية دقيقة إلى اليدين
أو الأسطح أو الأواني أو إلى
أغذية أخرى.



هل ينبغي غسل
الدواجن قبل
طهيها؟

لا

هل من المأمون
تذويب الأغذية
المجمدة عند درجة
حرارة الغرفة؟



تذويب الأغذية في الثلاجة أو
في الماء البارد يمنع نمو
الكائنات الحية الدقيقة.

خرافات وحقائق عن سلامة الأغذية

نعم

يصبح الغذاء غير مأمون إذا
تُرك في درجة حرارة الغرفة
لمدة تزيد على ساعتين.



هل علي تبريد
بقايا الطعام؟

نعم

هل تنقل مناشف
الصحون البكتيريا
الخطرة؟



يمكن أن تحمل المناشف
وإسفنجات الغسيل
البكتيريا الخطرة وتنشرها.
واظب على تعقيمها في
محلول مطهر أو غليها في
الماء.

خرافات وحقائق عن سلامة الأغذية

نعم

بعض الكائنات الدقيقة
الخطرة تستغرق أكثر من
بضع ساعات لإصابتك
بالمرض.



هل يمكن أن أمرض
إذا أكلت طعاماً
مضت عليه ثلاث
أيام؟

نعم

هل يتعين غسل
الفواكه والخضار
العضوية؟



يتعين غسل جميع
المنتجات الزراعية، بما
فيها العضوية، بالماء
النظيف لإزالة الملوثات
والحد من مخاطر أي
كائنات دقيقة أو مواد
كيميائية ضارة.