

开水烫碗真的有用吗?

■指导专家:福建医科大学附属协和医院医院感染管理科 徐秀莉 副主任护师

□本报记者 刘伟芳 设计 思意

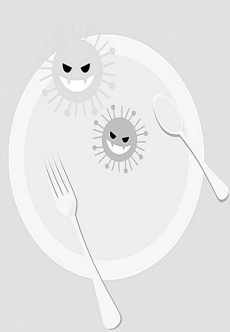
很多人觉得外面的餐具不卫生,热水烫一下“消毒”后,才能放心使用。这种做法真的能杀菌吗?在2021年全国食品安全宣传周来临之际,本期【九点医刻】福建卫生报采访专家告诉你答案。

“老板,来一盆热水烫碗!”
在外用餐时,
你是不是也有这个开饭仪式



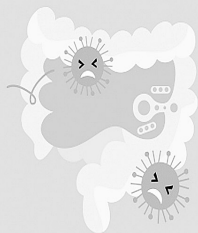
但这个大家都默认的“消毒”方式,
真的有用吗?

开水烫碗能杀菌消毒吗?



餐具上残留的微生物一般包括:细菌(金黄色葡萄球菌、沙门氏菌以及大肠杆菌等)、病毒(甲肝病毒、乙肝病毒、诺如病毒等)、霉菌(真菌)以及芽孢等。

大部分的细菌病毒对高温敏感,
但对时间和温度都有要求。



引发肠道传播性疾病的微生物种类很多,如致病性大肠杆菌、沙门氏菌、霍乱弧菌以及肝炎病毒和诺如病毒等。

这些细菌一般要经过100℃高温作用1~3分钟或80℃加热10分钟才能死亡。

所以,简单几秒的开水烫碗,因作用温度和作用时间不足,只能杀死极少数微生物,并不能保证杀死大多数致病性微生物。



难道开水烫餐具
除了心理安慰和仪式感
没有任何作用吗?



别灰心——



对于沾染在碗表面的浮尘、油污或洗碗时清洁剂的残留物(对身体有害的化学毒物),用开水烫一下还是有一些作用滴。

在外用餐怎么保证餐具卫生?



选择红外线或臭氧消毒柜或蒸汽与煮沸消毒餐具的餐饮店。

前提是消毒柜有在使用,而不是摆设。或用大锅一直蒸煮消毒餐具,也可以达到消毒效果。



用正确“姿势”烫碗

要一壶刚烧开的水,水量一定要多倒一点,利用等待上菜的时间,每个餐具最好浸泡烫够10分钟以上,并且尽量让水温保持在80℃以上。

实在不行也可以自备碗筷



自己在家如何给餐具消毒

共用餐具可能引起某些肠道传染病在家庭成员中相互传播,如幽门螺旋杆菌。因此,分餐和做好餐具消毒,有利于保障家人健康。

除了首选使用带消毒功能的洗碗机或消毒柜外,还可以用以下方法:

01 蒸汽消毒



用锅将水烧开后,放入支架将碗倒扣在支架上,蒸汽蒸5~10分钟即可。

02 开水烫煮



用锅将水烧开煮沸,将餐具放入沸水中,烫煮3~5分钟即可。但要注意塑料餐具和木筷的材质是否为耐高温高热的,在加热过程中可能释放对身体有害的毒素。

03 微波炉消毒



将餐具放入微波炉中,调高火1~2分钟左右即可。但要注意确保餐具的材质,以及不同微波炉火力大小的问题。

记者了解到,消毒餐饮具作为食品相关产品,已纳入《中华人民共和国食品安全法》。根据《福建省食品安全信息追溯管理办法》,我省集中消毒餐饮具推行一品一码系统。



每个正规企业生产的集中消毒餐具在包装膜上均印有对应的二维码,消费者在使用餐饮具之前用手机扫一扫“身份证”,该批次产品的检验结果、企业的日常监督情况、有无受过行政处罚等信息一目了然,让大家真正心中有底,放心消费。