

NHỮNG MẸO VẬT CHO AN TOÀN THỰC CĂN: SAU KHI THIÊN TAI HOẶC CÚP ĐIỆN

Thực căn bị hư có thể là một vấn đề khi bị cúp điện. Để giảm nguy cơ bị bệnh, Bộ Y tế của Tiểu bang Maryland và Văn Phòng Kiểm Tra Vệ Sinh và Thực Phẩm đưa ra những đề nghị sau đây cho những cư dân bị cúp điện hoặc đã có kinh nghiệm với lũ lụt.

- Thức ăn có thể bị hư khi không để trong tủ lạnh (và tủ đông) trong hai giờ đồng hồ và có nhiệt độ nóng hơn 40 độ Fahrenheit nên phải vứt bỏ đi. Bao gồm các loại thịt, sữa, sữa chua, trứng, sốt mayonnaise và nước sốt kem, mì và đồ ăn tráng miệng
- Các loại thức ăn có thể được lưu giữ trong một **thời gian giới hạn** mà không cần để trong tủ lạnh bao gồm: các phô mai cứng (cheddar, Swiss, provolone, Romano và Parmesan); bơ và bơ thực vật; trái cây tươi và trái cây trong hộp; bơ đậu phộng, rau củ và mứt; mù tạt và nước sốt dấm; sản phẩm củi bán mịn như bánh mì tròn, bánh nướng xốp, bánh mì tròn đặc và bánh quế; và thảo mộc, gia vị và rau tươi
- Cũng có thể làm lạnh lại thức ăn **nếu** nếu cách thức ăn còn đông đá hoặc còn lạnh và còn đông cứng khi dùng vào. Bao gồm các loại thịt, hải sản, nước trái cây, thịt hầm, trứng, phô mai, rau quả, bánh ngọt và đồ ăn đông lạnh
- Bỏ tất cả các loại thức ăn đã chạm vào nước lũ bao gồm **cả thức ăn đóng hộp**. Phải rửa sạch tất cả các dụng cụ đã dùng vào nước lũ, phải rửa bằng xà bông với nước nóng cho sạch, chậu, đĩa, vân vân., Rửa sạch các đồ này bằng cách bỏ vào nước sạch đun sôi hoặc ngâm vào trong một dung dịch gồm 1 muỗng cà phê thuốc tẩy chlorine chom mỗi lít nước trong 15 phút
- Vứt bỏ cách thức ăn bị hư vào baorác, cột dây lại. Bỏ vào trong thùng rác chôn các đồ vật và chim bươm bươm
- Theo quy luật, nếu tủ đông chỉ sử dụng nửa, thực căn có thể được giữ an toàn trong vòng 24 giờ nếu không mở tủ đông. Nếu tủ đông chứa đầy, thực căn có thể được giữ an toàn trong vòng 48 giờ nếu không mở tủ đông
- Hãy dùng những kinh nghiệm khi sử dụng các đồ ăn bị hư. **Đừng bao giờ ném thức ăn để xem có gì thức ăn có bị hư không. Nếu không, hãy vứt bỏ đi**

ĐỂ BIẾT THÊM THÔNG

 preparedness.health.maryland.gov

 [facebook.com/MarylandOPR](https://www.facebook.com/MarylandOPR)

 twitter.com/MarylandOPR

 health.maryland.gov

 [facebook.com/MarylandDHMH](https://www.facebook.com/MarylandDHMH)

 twitter.com/MDHealthDept



MARYLAND DEPARTMENT OF HEALTH
Office of Preparedness
and Response