



อัมบฎปีใหม่ งานเลี้ยงปลอดภัย

ใส่ใจ “สุก ร้อน สะอาด”

กินอาหารปรุงสุกใหม่
ไม่กินอาหารเย็น ซดน้ำ 5 ลิตร ร



สุก

อาหารต้องปรุงสุก
ควรกินภายใน 2 ชั่วโมง



ร้อน

อาหารปรุงสุกนานเกินจากอาหารรส
และเก็บไว้ในตู้เย็นไม่เกิน 24 ชั่วโมง



สะอาด

สุก

อาหารที่สุกเกินไปในตู้เย็นเกิน 2 ชั่วโมง
ต้องนำมาอุ่นให้ถึงอุณหภูมิที่สุกแล้ว



ร้อน

กินน้ำสะอาดอย่างน้อยวันละ 8 แก้ว
หรือดื่มน้ำบรรจุขวดสะอาด
ไม่ดื่ม น้ำดื่มจาก บ่อน้ำสาธารณะ



สะอาด

ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร
หลังทำกิจกรรม
หรือเมื่อสัมผัสกับสิ่งสกปรก



กินน้ำสะอาดที่บรรจุขวดดื่มได้
ไม่ต่ำกว่า 100 องศาเซลเซียส 50
หรือต้ม "น้ำดื่ม" ให้เดือดอย่างน้อย 1 นาที





กองโรคติดต่อทั่วไป ห่วงใยคุณ

ข้อมูล ณ วันที่ 27 ธ.ค. 65 | ที่มา: กรมอนามัย โรคติดต่อทางอาหารและน้ำ | 1422