

# SEBAB-SEBAB KERACUNAN MAKANAN

1. Makanan disediakan lama sebelum masa penyajiannya.
2. Makanan disejukkan dalam masa yang lambat.
3. Makanan yang dipanaskan semula tidak cukup panas.
4. Memakan makanan yang telah dicemari oleh bakteria penyebab keracunan makanan.
5. Makanan tidak dimasak dengan betul.
6. Makanan mentah yang dibekukan belum cukup dicairkan.
7. Makanan yang telah dimasak terkontaminasi silang oleh makanan yang mentah.
8. Makanan panas disimpan pada suhu yang kurang daripada 63°C.
9. Pengendali makanan menyebabkan kontaminasi makanan.
10. Makanan yang berlebihan digunakan semula dalam masakan baru.



Cirit birit dan  
muntah-muntah



Ayam belum cukup  
cair di masak

## Bagaimana mengelakkan dari keracunan makanan?

- Basuh tangan dengan bersih sebelum menyentuh makanan.
- Pastikan kawasan dapur bebas dari serangga dan haiwan seperti tikus.
- Simpan makanan yang mudah basi di dalam peti sejuk.
- Minum air yang telah dimasak dengan sempurna.
- Hindari makan di gerai atau kedai makan yang kotor.
- Pastikan kawasan penyediaan makanan tidak dicemari oleh sesuatu yang boleh menyebabkan keracunan makanan.