

A 型肝炎重要資訊 食品從業人員

請與員工一起檢查並將資訊張貼在員工便於參考閱讀處。

密歇根正經歷一次 A 型肝炎的爆發。

採取措施以保護自己免受 A 型肝炎感染：
如果您住在疫情區請接種疫苗！

疫情區域資訊：michigan.gov/hepatitisAoutbreak

A 型肝炎是什麼？

A 型肝炎是一種傳染性很強的疾病，會侵襲肝臟。已感染者可在生病之前長達兩週內感染他人，有時在好轉之後長達一周內也能感染。並非每個感染者都會出現下列所有症狀。症狀通常開始於接觸病毒後二十八天內，出現範圍是十五-五十天。

症狀：

- 黃疸（皮膚和眼白變黃）
- 腹瀉
- 食慾減退
- 胃痛
- 淺色或粘土樣糞便
- 發熱
- 疲乏/疲倦
- 惡心和嘔吐
- 深色尿液



如果我已接觸過 A 型肝炎或我有生病症狀，我需要做什麼？

- 如果您有生病症狀，不要去工作。立刻去看醫生。
- 假如有以下情況，立刻告知您的經理：
 - 您有任何上述症狀。
 - 您已被診斷為 A 型肝炎。
 - 一個在您家裡生活或您有過密切接觸的人在過去三十天內已被確診為 A 型肝炎感染。
- 如果您尚未出現生病症狀，您應在接觸後 14 天內接種 A 型肝炎疫苗。
- 如果您沒有醫療保險，請致電當地衛生部門獲得關於免費或低價疫苗的資訊。請訪問michigan.gov/hepatitisAoutbreak 獲得聯繫資訊。

A 型肝炎如何傳播？

- 通常通過入口被 A 型肝炎患者排泄物（糞便）污染之物後傳播。
- 通過共用毛巾、牙刷或餐具，或與感染者發生性關係。
- 可能通過已被感染者接觸過的食物、飲料、藥物或香煙傳播。

我如何幫助預防疾病的傳播？

- 不要裸手接觸即食食品。
- 在下列任何情況下，遵循所有安全食品處理要求，包括用溫熱的肥皂水洗手 20 秒：
 - 準備食物或處理非包裝食品、清潔設備和器皿，包括取出容器或器皿以前。
 - 除了潔淨的手和潔淨的手臂裸露部分之外，接觸了裸露的身體部位之後。
 - 使用洗手間之後。
 - 接觸臟污設備或器皿之後。
 - 在處理生食和處理即食食品之間切換時。
 - 咳嗽、打噴嚏、使用手帕或一次性紙巾、使用煙草、吃飯或飲水之後。
 - 戴上一次性手套開始處理食物之前。
 - 在食物準備過程中，當去除污垢和污染時；以及交換工作時，以防止交叉污染。
 - 在餐飲服務區分發或提供食物，或接觸清潔的餐具並提供餐具之前。



如果不能確定，請洗手！

洗手是抵禦食源性疾病和許多傳染病的最好方法。