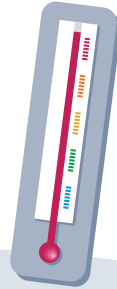


مخاطر الحليب الخام

يمكن لتناول منتجات الحليب الخام (أو غير المبستر) أو شربه أن يصيبك بالمرض لأن الحليب يمكن أن يحتوي على جراثيم ضارة.

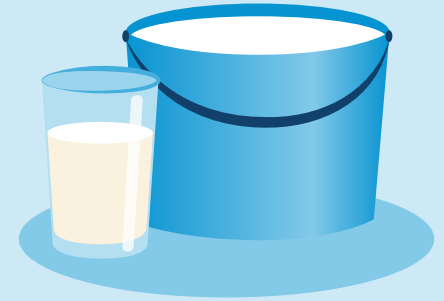
ننصحك بتجنب تناول منتجات الألبان غير المبسترة أو شربها.



يتمتع الحليب المبستر بسجل حافل من السلامة وقد خضع لعملية تسخين تقتل الجراثيم المسببة للأمراض مثل العطيفة والإشريكية القولونية والسالمونيلا.

ويمكن أن يتلوث الحليب الخام بعدة طرق. إن الأشخاص الذين يستهلكون الحليب أو منتجات الألبان الأخرى المصنوعة من الحليب الخام هم معرضون لخطر الإصابة بمجموعة متنوعة من الأمراض.

يمكن لممارسات الحفاظ على السلامة الجيدة أن تقلل من فرصة وصول الجراثيم إلى الحليب الخام، لكنها لا تستطيع القضاء على المخاطر.



اتخذ الخطوات التالية لتقليل المخاطر:

- اختر الحليب ومنتجات الألبان المبسترة.
- برّد الحليب ومنتجات الألبان وغيرها من الأطعمة القابلة للتلف في حرارة 40 درجة فهرنهايت أو أكثر برودة.
- تخلص من الأطعمة منتهية الصلاحية، بما في ذلك الحليب ومنتجات الألبان.



للمزيد من المعلومات، زر الموقع
[.CDC.gov/foodsafety/rawmilk](https://www.CDC.gov/foodsafety/rawmilk)