

食品工人 对过敏原的认识



即使是少量的过敏原也可能会引发致命性反应。工人必须了解主要的食物过敏原、过敏反应的症状以及如何就机构中所使用的过敏原进行沟通。

了解主要的过敏原

这九种食物是最常见的过敏原，不过，人们也有可能对其他食物过敏。



鱼



甲壳类贝类



小麦



鸡蛋



牛奶



花生



树坚果



芝麻



大豆

了解过敏反应的症

- 呼吸困难、咳嗽、喘鸣
- 舌头、嘴唇或脸部肿胀
- 头晕眼花、皮肤苍白或意识模糊
- 鼻子、嘴巴或脸部发痒
- 恶心、呕吐、腹泻

了解应对过敏症（致命性过敏反应）的措施 立即拨打 911

- 请求救护车提供肾上腺素
- 让过敏者接受药物治疗，例如，注射肾上腺素、服用抗组胺药或使用吸入器

了解应询问什么以及告知谁

与客户交谈，了解他们的食物过敏情况，并与经理或指定的厨房员工仔细地分享信息。

了解如何预防交叉接触

当食物与表面和餐具发生接触时，食物过敏原可能会转移。经过烹饪之后，过敏原不会消失。

用肥皂和水洗手 – 无法洗掉过敏原

在准备食物之前，用肥皂和水洗手并更换手套。在每道菜之间，务必对表面进行清洁和消毒。

清洗所有表面，以去除过敏原：



用温热的肥皂水
清洗



用清水
冲洗



消毒并
晾干

防止飞溅

避免烹饪蒸汽、面粉粉尘和碎屑与食物接触。

分开食材

更换烹饪液和油，以确保食材中没有混入过敏原。

纠正错误

如果出现错误，应重新制作食物，而不是仅仅从餐盘中去除过敏原。

提供替代品

如果无法满足客户的要求，请告知他们。