

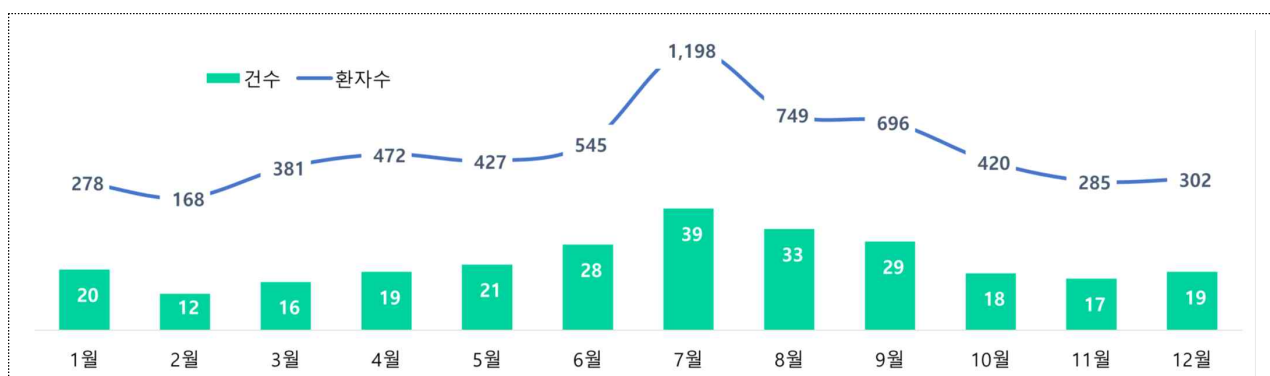
지속되는 폭염, 식중독 예방수칙 준수 당부

- 여름철 식중독 환자 수, 최근 5년간 전체 대비 약 45%..식중독 발생 주의 필요
- 식재료 구매 시 상온식품-냉장식품-냉동식품 순으로 구매하여 신선도 유지
- 육류 등 냉장고 보관 시 밀폐용기에 담아 교차오염 방지
- 육류는 중심온도 75℃ 1분 이상, 어패류는 85℃ 1분 이상 가열·조리해 섭취

식품의약품안전처(처장 오유경)는 최근 전국 곳곳에서 체감온도가 35℃를 웃도는 폭염이 지속됨에 따라 식중독 발생에 대한 주의를 당부했다.

최근 5년간('20~'24년) 식중독 발생 현황을 살펴보면 여름철(7~9월)에 발생한 식중독은 평균 100건, 환자수는 2,643명으로 전체 식중독 환자의 약 45%가 여름철에 발생한 것으로 나타났으며, 현재 고온 현상이 지속됨에 따라 식중독 환자가 더욱 증가할 우려가 있으므로 주의를 기울여야 한다.

< 최근 5년간('20~'24년) 월별 식중독 평균 발생건수 및 환자수 >



식중독 발생 주요 원인 미생물은 살모넬라, 병원성대장균, 캄필로박터 제주니 순으로 나타났으며, 주요 원인 식품은 달걀을 원재료로 사용한 식품과 생채소, 육류 및 가공육 등이었다.

* 최근 5년 평균('20~'24년) 7~9월 세균성 식중독 현황 : 살모넬라(21건) > 병원성 대장균(18건) > 캄피로박터 제주니(9건) 순

식중독균은 32~43℃에서 빠르게 증식할 수 있다. 낮에는 폭염, 밤에는 열대야가 지속되고 있어 식재료 구매 순서나 보관·조리방법 등에 주의할 기울여야 한다.

[식재료 구매 시 주의사항]

식재료를 구매할 때는 외관과 포장 상태를 살펴보고 상온 보관 식품을 시작으로 과일·채소 등 농산물, 햄·어묵 등 냉장·냉동이 필요한 가공식품 순으로 구매해야 한다. 육류·어패류 등은 제일 마지막에 구매하는 것이 좋고 가공식품은 소비기한·보관방법 등을 꼼꼼히 확인하고 구매해야 한다.

여름철 차량 내부나 트렁크 등에 식재료를 오래 방치하면 식중독균 증식의 위험이 있으므로 냉장·냉동식품, 육류 등은 아이스박스를 이용해 서늘한 상태로 운반해야 한다.

[보관 시 주의사항]

냉장고에 음식을 보관할 때 냉장식품은 5℃ 이하, 냉동식품은 영하 18℃ 이하로 보관해야 한다. 온도변화가 큰 냉장실 문 쪽에는 금방 섭취할 음식을 보관하고 장기간 보관해야 하는 식품은 밀봉 후 냉동실 가장 안쪽에 보관한다.

다만, 저온에서도 생존가능한 미생물이 냉장고에서 증식할 수 있으므로 냉장고는 항상 청결하게 관리하고 적정온도 유지를 위해 전체용량의 70% 이하로 사용하는 것이 바람직하다.

육류 등을 냉장고에 보관할 때는 핏물이 흘러나오지 않도록 밀폐용기에 담아 보관해야 한다. 핏물 발생으로 다른 식재료에 영향을 주지 않도록 냉장고의 가장 아래 칸에 보관해야 하고, 핏물이 냉장고에 묻은 경우에는 염소 소독액을 사용해 닦아내야 한다.

[조리 시 주의사항]

조리 시 사용하는 칼·도마는 채소용, 육류용, 어류용 등 식재료별로 구분해 사용해야 하며, 사용한 칼과 도마는 깨끗하게 세척하고 다른 식재료를

조리해야 식중독을 예방할 수 있다.

또한, 육류, 어패류 등을 조리할 때는 내부까지 충분히 가열조리(육류는 중심온도 75℃, 어패류는 85℃에서 1분 이상)한 후 섭취해야 하며, 음식은 한 번에 먹을 수 있는 만큼 준비하고 남은 음식은 냉장 보관이 가능한 경우가 아니라면 폐기하는 것이 좋다.

이 밖에도 식약처는 가정에서 배달 음식 등을 섭취할 때는 상온에 보관하지 않아야 하며, 불가피하게 남은 음식은 냉장고에 보관하고 다시 먹을 때 충분히 재가열한 후 섭취해야 할 것을 당부했다. 또한, 일상생활에서 식중독 예방수칙(‘손보구가세’*)을 적극 실천하여 식품 안전사고가 발생하지 않도록 노력해야 한다고 강조했다.

* “손보구가세”는 손씻기, 보관온도, 구분사용, 가열조리, 세척·소독 5대 예방수칙의 앞글자로 만든 식중독 예방 실천 구호

식약처는 앞으로도 국민의 건강하고 안전한 생활 환경을 조성하기 위해 계절별 식중독 예방을 위한 정보를 지속적으로 제공할 계획이다.

<붙임> 식중독 예방수칙 및 폭염시 주의요령

담당 부서	식품소비안전국 식중독예방과	책임자	과 장	이 성 (043-719-2101)
		담당자	연구관	한정아 (043-719-2107)





식품의약품안전처

국민 안전이 기본입니다
FOOD SAFETY IS MY RESPONSIBILITY

식중독 예방 ‘손보구가세’요!

식중독 예방을 위한 5가지 실천수칙

 손씻기 흐르는 물에 비누로 30초 이상 손 씻기	 보관온도 지키기 냉장식품 5℃ 이하 냉동식품 -18℃ 이하 보관	 구분사용하기 날 음식과 조리음식 구분 칼·도마 구분사용
 가열하기 육류 중심온도 75℃ (어패류 85℃) 1분 이상 익히기		 세척·소독하기 식재료와 조리기구 깨끗이 세척·소독



끝나지 않는 폭염! 식중독 조심!



✓ 구매한 식재료는 아이스박스를 이용해 운반하기!

- 식재료 구매 시 상온식품 → 냉장식품 → 냉동식품 순으로 구매
- 아이스박스로 신선도 유지 후 운반



✓ 냉장고 보관 시 온도관리, 청결관리는 철저하게!

- 냉장식품은 5℃ 이하, 냉동식품은 -18℃ 이하로 보관
- 저온에서도 미생물이 증식할 수 있으므로, 항상 냉장고 청결 유지



✓ 충분히 익혀 먹기! 가능한 즉시 섭취! 남은 음식은 냉장보관!

- 육류는 중심온도 75℃, 어패류는 85℃ 1분 이상 가열 조리
- 남은 음식은 냉장보관하고 다시 먹을 때 충분히 재가열 후 섭취

세균성 식중독균은 32~43℃에서 급속히 번식해요!

**폭염이 이어지는 지금
철.저.한 관리로 식중독 예방**

