

从家里带食物



Peter Mac
Peter MacCallum Cancer Centre
Victoria Australia

作为 Peter Mac 的住院病人，您的家人和朋友可为您带自制的食物。我们有关于自制食品的规定，以确保我们所有病人的安全。

为什么对家里带来的食物有规定？

食物中毒对癌症患者来说是一个严重的问题。食物可能需要满足其他要求，例如：

- 文化需要
- 宗教需要
- 医疗要求
- 营养要求
- 过敏症状。

医院菜单有各种各样的营养膳食可供选择，是您住院期间最好的膳食选择。

如果您选择从家里带来任何食物，请告知您的护士。您的护士会就以下方面提供建议：

- 允许带什么食物来
- 如何存储
- 带多少食物来
- 食物必须在 24 小时内食用，此后将被丢弃。

记住**不要**与其他病人分享您的食物。他们可能有不同的营养、文化和宗教需要或食物过敏。

是否有安全的食物运输方式？

是。如何将食物从家里送到医院是非常重要的。您必须永远：

- 在处理食物**之前**和**之后**洗手

- 确保把食物装在“esky”或其他类型的“冷冻”容器中
- 对于热食，请确保食物在食用前保温。

我们不建议您长途跋涉将食物从家送过来。在路途遥远的情况下将难以保持食物的安全食用温度。

从家里带来的哪些食物不安全？

从家里带来的某些食物是不安全的。我们称这些为“**高风险**”的食物。

我们不允许把以下食物从家里带来：

- **未**煮熟的海鲜和鸡肉
- 有流质蛋黄（黄色的中心部分）的鸡蛋
- 软奶酪和熟食肉类如萨拉米香肠
- 奶油馅饼和其他糖果
- 超市和外卖店包装的三明治
- 煮熟的冷饭
- 超市和外卖店包装的沙拉和水果沙拉
- 含有益生菌 / 添加了活菌的酸奶。

在医院时有没有安全的办法储存从家里带来的食物？

有。为了确保您家里带来的食物正确储存在冰箱里，并且始终安全食用，我们要求把所有的食物都盖起来或放在密封容器中。

所有食品容器都**必须**有一条标签显示以下内容：

- 患者姓名
- 食物的制作或烹饪日期
- 食物放入冰箱的日期 / 时间。

您从商店购买的单件食品，如酸奶或奶油馅饼，也需要标签。确保标签**没有**盖住包装 / 容器上的到期日、最佳使用日期或最佳食用日期。

打开或损坏的食物 / 容器**不能**存放在冰箱里。塑料袋**不能**用于储存食物。

什么食物可以安全地存放在您的房间里？

有些食物可以安全地存放在您的房间里。这些食物被称为“稳定上架食物”，它们是预先包装好的，不需要冷藏。

这些食物包括：

- 包装好的坚果、干燥饼干
- 洗好的生水果、水果罐头
- 面包、百吉饼、卷、松饼
- 椒盐脆饼、爆米花、薯条
- 瓶装或罐装饮料
- 甜饼干、能量棒、巧克力或糖果。

您的餐盘剩下的食物可以储存吗？

不可以。吃完饭后，所有剩下的食物都**必须**留在餐盘上。**不要**放在冰箱里留待后用。

您的餐盘里没有吃过的食物将被退回厨房并丢弃。如果口渴或饿了，您可以随时点更多小吃。

重新加热自制的食物好吗？

如果自制食物带来是热的，就最好趁热吃。

如果您想留到后面才吃，就**必须**在 **24 小时** 内吃掉。

如果食物是冷的，之前没有加过热，您可以：

- 使用病房微波炉加热食物
- 当使用微波炉加热食物时，必须将其加热至**蒸热点**或**沸点**以消灭任何有害细菌
- 只能重新加热食物**一次**。

Patient Service Assistants (PSAs, 患者服务助理) 如何帮忙？

我们的 PSA 发挥着重要的作用，确保每个人都遵循我们的食品安全规则。我们的 PSA 将：

- 每天检查和清洁病房冰箱
- **丢弃**任何旧的食物
- **丢弃**任何**没有**正确标签的食物
- 洗涤任何非一次性容器，如特百惠保鲜盒，并退还给病人。



如需进一步了解关于食品安全的信息

如果您想进一步了解有关食品安全或食品标准的信息，请浏览：

- **Victoria's Department of Health**
www.health.vic.gov.au/foodsafety
或发送电子邮件至：
www.foodsafety@health.vic.gov.au
- **Food Standards Australia New Zealand**
www.foodstandards.gov.au
- **Food Safety Information Council**
www.foodsafety.asn.au
- **Queensland Health 信息资源**
www.health.qld.gov.au/nutrition/resources/oncol_safeeating.pdfresources/oncol_safeeating.pdf