

QUY TẮC CẦN BIẾT KHI NHẶT ĐỒ ĂN RƠI DƯỚI ĐẤT

Quy tắc này cho biết thời gian vi khuẩn xâm nhập vào đồ ăn. Từ đó giúp bạn cân nhắc khi sử dụng lại đồ ăn đã đánh rơi trên sàn.

Nhiều người quan niệm rằng, đồ ăn rơi xuống đất mà được nhặt lên trong vòng 5 giây thì vẫn có thể ăn bình thường. Tuy nhiên, nghiên cứu cho thấy quy tắc trên không hoàn toàn đúng với mọi loại thực phẩm. Nhiều nghiên cứu đã được tiến hành để xác minh "quy tắc 5 giây" này.

Một nghiên cứu mới đây cũng đã chỉ ra, hiện tượng nhiễm khuẩn hầu như không xuất hiện ở nhóm đồ ăn chế biến sẵn như bánh quy, bánh mì nướng... sau khi rơi xuống sàn nhà nhưng lại tấn công rất nhanh vào mỳ ống đã nấu chín hay đồ ngọt...

Các nhà nghiên cứu thuộc ĐH Aston, dẫn đầu là Giáo sư Anthony C. Hilton đã tiến hành theo dõi sự xâm nhập của vi khuẩn phổ biến *Escherichia coli* (E. coli) và *Staphylococcus aureus* (S. aureus) trong nhà, bao gồm cả thảm trải sàn, gỗ, bề mặt lát gạch.

Đồ ăn "được" đánh rơi gồm bánh mì nướng, mì ống, bánh quy và kẹo dẻo, thời gian thực phẩm "góp mặt" trên sàn là khoảng từ 3 - 30 giây.

Bánh mì nướng (không kèm bơ, mứt) là thực phẩm ít có khả năng bị xâm nhập vi khuẩn từ bất kỳ loại bề mặt sàn nào

Những phát hiện này khẳng định, thời gian là nhân tố quan trọng, quyết định việc xâm nhập của vi khuẩn từ một bề mặt sàn nào đó tới đồ ăn. Qua đó, các nhà nghiên cứu nhận thấy, bề mặt trải thảm ít có khả năng truyền vi khuẩn hơn bất cứ loại bề mặt nào khác ở cả trong 4 lần thử nghiệm các loại đồ ăn trên.

Cùng với đó, bánh mì nướng là thực phẩm ít có khả năng bị xâm nhập vi khuẩn từ bất kỳ loại bề mặt sàn nào. Bởi do có hàm lượng nước thấp, khả năng bánh bị vi khuẩn bám vào không đáng kể dù nằm trên mặt sàn 3, 5 hay thậm chí 10 giây. Tuy nhiên, bánh mì nướng có kèm bơ hay mứt lại làm tăng khả năng vi khuẩn bám vào đồ ăn.

Ngược lại, những loại thực phẩm ẩm như mỳ ống, đồ ngọt... lại có dấu hiệu bị nhiễm khuẩn *Pseudomonas* sau 3 giây. Sau 5 giây trở lên, vi khuẩn *Klebsiella* gây nhiễm trùng tiết niệu bắt đầu xâm nhập loại đồ ăn này.

Sàn lát gạch và gỗ là loại bề mặt sàn chứa nhiều vi khuẩn nhất, bên cạnh khuẩn E. coli, S. aureus còn có sự góp mặt của khuẩn *Pseudomonas* và *Klebsiella* - vi khuẩn thường ký sinh trong giẻ lau nhà. Theo các chuyên gia, mỗi khi ta lau sàn nhà, chúng lại có cơ hội phát tán và tăng nguy cơ gây bệnh.

Giáo sư Hilton cho biết: "Ăn thực phẩm đã rơi mang nguy cơ nhiễm khuẩn lớn bởi nó phụ thuộc nhiều vào yếu tố như vi khuẩn có mặt trên sàn, thời gian lưu lại trên bề mặt. Tuy nhiên, nghiên cứu này sẽ giúp cho những ai có thói quen sử dụng "quy tắc 5 giây" có được sự cân nhắc khi sử dụng thực phẩm đã đánh rơi trên sàn nhà".

Trước đó, các chuyên gia thuộc ĐH Aston cũng tiến hành cuộc điều tra xác định số lượng người sử dụng quy tắc 5 giây. Kết quả là, 87% số người được khảo sát (gồm 55% nữ và 32% nam) nói rằng, họ đã từng ăn thực phẩm rơi trên sàn và vẫn sẽ làm như vậy.

