

Pencemaran Susu Mentah

Susu mentah boleh tercemar disebabkan oleh pencemaran persekitaran atau jangkitan penyakit haiwan. Pencemaran ini boleh mengakibatkan jangkitan penyakit kepada manusia. Berikut merupakan jenis bakteria yang mencemari susu dan simptom-simptom (tanda dan gejala) yang akan berlaku :

Brucella	Demam berulang, sakit kepala, sakit sendi, berpeluh, keguguran bagi wanita mengandung dan kemandulan bagi lelaki
Microbacterium	Demam, batuk kering, batuk berpanjangan, berat badan turun, berpeluh waktu malam
Listeria	Demam, sakit kepala, loya, muntah, cirit-berit dan keguguran bagi wanita mengandung
Salmonella	Sakit perut, cirit-berit, menggigil, demam, loya, muntah, lemah (<i>malaise</i>)
Campylobacter	Cirit-berit (berdarah), sakit perut, demam, sakit kepala, muntah, lemah (<i>malaise</i>)
Staphylococcus aureus	Loya, muntah, sakit perut, cirit-berit



Nasihat Kepada Pengguna

- Jangan minum susu mentah.
- Minum atau beli susu yang telah dipasteur/ disteril (UHT).
- Baca label untuk mengetahui suhu penyimpanan dan tarikh luput.
- Jika membeli susu mentah, pastikan susu tersebut dimasak atau dididih sebelum diminum.
- Sekiranya pengguna mengalami simptom (tanda dan gejala) yang dikaitkan dengan pengambilan susu mentah, SEGERA dapatkan rawatan.

Untuk Keterangan Lanjut Sila Hubungi :

Bahagian Keselamatan dan Kualiti Makanan, Kementerian Kesihatan Malaysia
Aras 3, Blok E7, Kompleks E, Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan, 62590 Putrajaya
Tel : 03-8883 3558 • Faks : 03-8889 3815 • Laman Web : <http://fsq.moh.gov.my>

Adakah Selamat Untuk Minum SUSU MENTAH?



Bahagian Keselamatan dan Kualiti Makanan
Kementerian Kesihatan Malaysia

Pengenalan

Susu adalah makanan yang lengkap dan seimbang bagi pelbagai peringkat umur daripada golongan kanak-kanak hingga orang dewasa. Susu mengandungi air, lemak, protein, gula (laktosa), mineral (kalsium) dan vitamin (vitamin D).



Komposisi susu ini menjadikan ia sebagai media yang baik untuk pertumbuhan pelbagai bakteria termasuk bakteria berbahaya seperti *Brucella spp.* dan *Mycrobacterium spp.*

Oleh itu, meminum susu mentah adalah berisiko terutama kepada individu yang mempunyai daya tahan tubuh (sistem imun) yang rendah seperti warga emas, wanita mengandung, kanak-kanak dan bayi.

Pada masa kini, masih terdapat susu mentah yang dijual di pasaran tempatan. Namun begitu risiko meminum susu mentah ini boleh dielakkan dengan memasak susu tersebut atau meminum susu yang telah sedia dipasteur atau disteril seperti *Ultra Heat Treatment (UHT)*



Mitos: Lebih sedap dan berkhasiat

Fakta: Kajian mendapati tiada perbezaan antara kandungan nutrien dan rasa dalam susu mentah dengan susu pasteur.

Mitos: Boleh menghapuskan bakteria secara semulajadi

Fakta: Susu mentah tidak berupaya secara semulajadi untuk menghapuskan bakteria penyebab penyakit.

Mitos Susu Mentah

Mitos: Selamat dan boleh menyembuhkan penyakit

Fakta: Kajian menunjukkan susu mentah berisiko 150 kali ganda untuk menyebabkan penyakit berbanding susu pasteur (USFDA 2012).

Mitos: Tidak menyebabkan alahan terhadap laktosa

Fakta: Susu mentah dan juga susu pasteur boleh menyebabkan alahan bagi individu yang sensitif terhadap laktosa.