

Till dig som köper eller får opastöriserad mjölk

Det är vanligt att opastöriserad mjölk innehåller bakterier som kan göra dig sjuk.

Du som köper eller får mjölk direkt från gården behöver därför förvara mjölken rätt och hetta upp den innan du dricker den.

Opastöriserad mjölk kan innehålla bakterier som till exempel ehec och campylobacter. Bakterierna kan ge akuta magsmär-
tor och diarré. Ibland kan de leda till svåra sjukdomar som ledinflammation och njurskador.

Barn, gravida, äldre och sjuka löper särskilt stor risk att bli allvarligt sjuka.

För att undvika att du eller någon annan blir sjuk av mjölken är det viktigt att du följer några enkla råd:

- Förvara mjölken väl kyld. Ta gärna med dig en kylväska till gården.
- Koka eller hetta upp mjölken till minst 70 grader innan den dricks.
- Om du använder mjölken i matlagning, hetta upp den till minst 70 grader.
- Servera inte opastöriserad mjölk – särskilt inte till barn, gravida, äldre och sjuka.

På www.livsmedelsverket.se kan du läsa mer om opastöriserad mjölk.

