

떨어진 음식 **3초** 안에 먹으면 괜찮을까?





얼마나 바닥에 두어도 괜찮을지에 대한 연구

우리나라에서 흔히 듣는
'3초 안에 먹으면 된다.'라는 말은
서양에서는 **'5초 법칙'**으로 불립니다.

이에 관해 영국 Aston University의
Anthony Hilton 박사가 연구를 진행했습니다.



이런 음식은 3초 바닥에 두어도 괜찮다?

Anthony Hilton 박사가 진행한 연구에서는
비스킷, 쿠키, 샌드위치, 초콜릿과
같이 **건조하고 단단한 음식**은

세균을 흡수할 위험이 낮으며 **최대 30분** 동안
바닥에 두어도 괜찮다는 사실이 밝혀졌습니다.



가정과 실내에서는 음식이 떨어져도 괜찮습니다.

Hilton 박사는 일주일에 한 번
바닥 청소를 한 가정에서는
떨어진 모든 음식을 주워 먹어도 괜찮다고 하며

실내 바닥의 경우 떨어진 음식이
**세균으로 오염될 가능성이
거의 없다고 설명**하기도 했습니다.

가정과 실내라도 모든 음식을 주워 먹어도 되는 것은 아닙니다!

Hilton 박사는 파스타, 도넛, 버터 바른 토스트, 아이스크림 등은 바닥에 오래 머무를수록 **많은 박테리아를 흡수**하기 때문에 주의해야 하며,

카펫보다 타일에 떨어진 음식이 더 쉽게 오염될 수 있다는 의견도 덧붙였습니다.



떨어진 음식을 얼마 만에 먹으면 괜찮을지 알아보았습니다!

하지만 깨끗해 보이는 바닥이라도 세균이 존재하며
어떤 종류의 세균은 적은 양에도
건강에 심각한 문제를 준다고 해요.



**괜찮아 보여도 바닥에 떨어진 음식은
최대한 드시지 않는 것을 권장합니다!**