個人健康狀況、引起食品中毒的致病原因種類以及吃了多少被污染的食品等因素，均會影響中毒症狀及其嚴重程度。
Gejala keracunan makanan yang sering dijumpai termasuk diare, mual, muntah, sakit perut, demam, sakit kepala dan lemas, kadang-kadang disertai feses berdarah atau feses bernanah, namun belum tentu semua gejala akan terjadi pada waktu bersamaan. Usia, kondisi kesehatan pribadi pada penderita, jenis penyebab patogen yang menimbulkan keracunan makanan serta memakan berapa banyak makanan yang terkontaminasi, juga akan mempengaruhi gejala keracunan dan tingkat keparahannya.

2. 抵抗力較弱的人症狀會比較嚴重，甚至可能會因為食品中毒而死亡。一般食品中毒的症狀通常會持續 1 天或 2 天，有些會持續 1 週到 10 天。
Orang dengan daya tahan tubuh lebih lemah gejalanya akan lebih parah, bahkan mungkin mati karena keracunan makanan. Gejala keracunan makanan biasanya akan berlanjut selama 1 hari atau 2 hari, sebagian akan berlanjut 1 minggu hingga 10 hari.

如何預防食品中毒？
Bagaimana Mencegah Keracunan Makanan?

1. 遵守食品處理之原則，包括新鮮、清潔、區分生熟食、避免交互污染、徹底煮熟、注意保存溫度及使用乾淨的水與食材等。
Mematuhi prinsip penanganan makanan, termasuk segar, bersih, membedakan makanan mentah dan matang, mencegah saling kontaminasi, memasak hingga matang sepenuhnya, memperhatikan suhu penyimpanan dan menggunakan air serta bahan makanan yang bersih.

2. 外出飲食時應避免冷食、生食、不吃來路不明的食品，亦應避免路邊攤飲食，謹慎選擇衛生優良餐廳用餐。
Sewaktu makan/minum di luar, harus mencegah makanan dingin, makanan mentah, tidak makan makanan yang asal usulnya tidak jelas, juga seharusnya mencegah makanan/minuman di pinggir jalan, berhati-hati memilih restoran yang baik untuk makan.

3. 確保與食物接觸的人或物都是清潔乾淨的，要使用不同砧板及刀具，分別處理生食與熟食，食用前要將食品充分加熱並在 2 小時內吃完，食物應放入冰箱冷藏或冷凍，飲水則要煮沸，不喝生水。
Memastikan orang atau benda yang berkontak dengan makanan adalah yang bersih, harus menggunakan talenan dan pisau yang berbeda, menangani makanan mentah dan matang secara terpisah, sebelum makan, harus memanaskan makanan secukupnya dan dihabiskan dalam waktu 2 jam, makanan seharusnya dimasukkan ke dalam lemari pendingin atau pembeku kulkas, air minum harus