

如何预防和处理食物中毒

食物中毒是备受人们关注的公共卫生问题，全市每年都有多起食物中毒事件发生。夏秋季节天气炎热，空气湿度大，适合病原微生物的生长繁殖，加上人们胃肠道防御功能下降，所以容易发生食物中毒。我市食物中毒多发生在7、8、9月份，中毒人群以游客和集体用餐人员为主。因此做好夏秋季食物中毒预防工作对于降低食物中毒的发生有重要意义。

常见的食物中毒

食物中毒是指摄入了含有生物性、化学性有毒有害物质的食品或者把有毒有害物质当作食品摄入后出现的非传染性（不属于传染病）的急性、亚急性疾病。

食物中毒通常分为五类：一是细菌性食物中毒，二是真菌性食物中毒，三是化学性食物中毒，四是有毒动物性中毒，五是有毒植物性中毒。我市最近几年常发生的食物中毒有：副溶血性弧菌中毒、沙门氏菌中毒、致病性大肠埃希菌中毒、毒蘑菇中毒、亚硝酸盐中毒、芸豆中毒、有机磷农药中毒、河豚鱼中毒等。在各类食物中毒当中，以细菌性食物中毒最为常见。

食物中毒的发病特点

- ☆ 食物中毒的发病与食物有关。中毒病人在相近的时间内都食用过同样的中毒食品，未食用者不中毒。停止食用该食物后发病很快停止。
- ☆ 发病潜伏期短，来势急剧，呈爆发性。短时间内集中发病。
- ☆ 所有中毒病人临床表现基本相似。最常见的是消化道症状，如恶心、呕吐、腹痛、腹泻等，病程较短。
- ☆ 一般无人与人之间的直接传染。

食物中毒发生的原因各不相同，但发病具有以上共同特点。掌握食物中毒的发病特点，尤其是发病的潜伏期和中毒的特有表现，对食物中毒的诊断有重要意义。

细菌性食物中毒发生的原因

- ☆ 食品和其原料存在食品安全问题。
- ☆ 食品在运输、贮存、加工和销售的过程中受到致病菌的污染。
- ☆ 被致病菌污染的食品在较高的温度下存放，使致病菌大量增长繁殖和产生毒素。
- ☆ 被污染的食物在食用前未经烧熟煮透，或又受到从业人员带菌者的污染而导致中毒。

常见的导致细菌性食物中毒的行为

1、直接或间接造成细菌污染

- ☆ 生、熟食品工具容器混用无标识造成污染；工具容器不消毒。
- ☆ 未充分洗手、消毒即上岗，或接触污染物后接触成品。
- ☆ 原材料、半成品、成品混放。
- ☆ 加工场所卫生条件差。
- ☆ 从业人员未体检从事食品加工，或患有痢疾、伤寒、病毒性肝炎等消化道传染病，活动性肺结核，化脓性或者渗出性皮肤病者从事食品加工的。

2、食品加工过程易造成细菌的大量繁殖

- ☆ 鱼、肉、蛋、禽、熟豆制品等原料在室温下存放时间>4小时。
- ☆ 成品在室温下存放时间>3小时。
- ☆ 烹调温度不够，尤其烹调大块食物时，其中心部位温度<70℃。
- ☆ 大量烹调制作食物时受热不均，食物中心温度<70℃。
- ☆ 使用冷藏（10℃以下）的半成品烹调，加热时间短，中心温度<70℃。
- ☆ 二次加热的熟食品中心温度<70℃。

食物中毒的处理

1、报告 发生食物中毒或者疑似食物中毒的单位和接收食物中毒病人的医疗机构应当及时上报本区疾病预防控制中心，内容包括：发生单位、地址、时间、中毒人数等相关内容。

2、救治 发生食物中毒或者疑似食物中毒的单位应及时将中毒病人送往医疗机构救治；接诊的医疗机构采取相关措施积极救治病人。

※重点提示※

近年频繁发生误食野生毒蘑菇引起的食物中毒事件，并出现死亡病例，在此提醒广大市民：为了您的身体健康，请不要采摘野生蘑菇，避免中毒事故发生！