

CFDA



全民健康
安全知识丛书

农村食品安全 知识读本



主编◎张志国

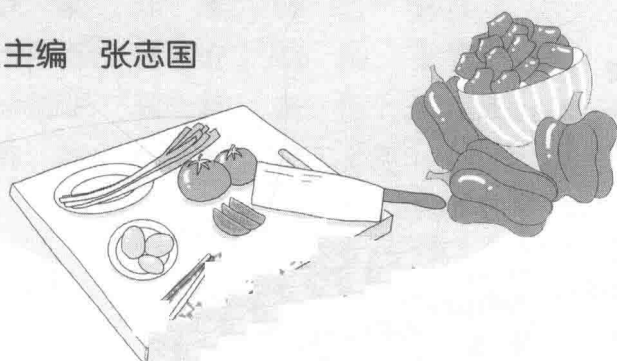
NATIONAL HEALTH
KNOWLEDGE OF READING

中国医药科技出版社

全民健康安全知识丛书

农村食品安全 知识读本

主编 张志国



中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书从农产品质量安全、食品的储存、食品的鉴别与选购、食品添加剂、食物中毒、农村常见食品安全等几个方面介绍了农村民众关心的问题。本书旨在帮助农村大众解答在食品种植、加工、购买、储存等过程中产生的疑问，同时增强安全饮食意识，正确认识食品安全问题，远离食品安全风险。

图书在版编目（CIP）数据

农村食品安全知识读本 / 张志国主编. —北京：中国医药科技出版社，2017.6

（全民健康安全知识丛书）

ISBN 978-7-5067-9282-0

I . ①农… II . ①张… III . ①农村—食品安全—基本知识 IV . ①TS201.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2017）第 087665 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 锋尚设计

插 图 张 璐

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行：010-62227427 邮购：010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 710 × 1000mm 1/16

印张 9 1/4

字数 87 千字

版次 2017 年 6 月第 1 版

印次 2017 年 6 月第 1 次印刷

印刷 三河市汇鑫印务有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-9282-0

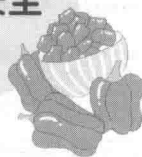
定价 25.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话：010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

第一章 农产品质量安全



农产品与农产品质量安全 / 2

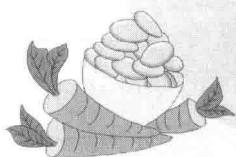
什么是农产品的保质期?	2
什么是无公害农产品?	2
什么是农产品质量安全?	3
什么是农产品质量安全标准?	3
生产者可以申请使用哪些相应的农产品质量标志?	3
无公害农产品、绿色食品与有机食品有什么区别?	4
有机食品与其他食品的区别主要有哪些?	4
A级绿色食品与AA级绿色食品有什么不同?	5
绿色食品标志的含义是什么?	6
绿色食品标志使用期限是多久?	6

农药、兽药、渔药的使用与安全 / 7

什么是农业投入品?	7
什么是农业投入品监督抽检?	7
什么是农药经营处方制度?	7
什么是生物农药?	8
农药残留有哪些危害?	8
食品是如何被农药污染的?	8
什么是农药的安全间隔期?	9
国家明令禁止使用的农药有哪些?	10



在蔬菜、果树、茶叶、中草药材上不得使用 and 限制使用的农药有哪些？	10
如何减少蔬菜里的农药残留？	11
如何减少谷物被霉菌毒素污染？	11
养殖户如何合理使用兽药？	12
如何储存兽药？	13
如何识别假劣兽药？	14
什么是兽药残留？	16
什么是兽药休药期？	16
为什么有些渔药被禁用？	16
禁用渔药、限用渔药有哪些？	17
哪些水产品不得销售？	17
发现水产品存在安全隐患怎么办？	17



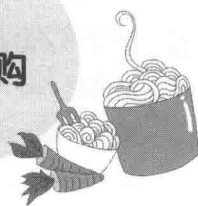
第二章 食品的安全 储存知识

家庭储存食品的安全常识 / 20

如何正确贮存大米？	20
如何正确贮存食盐？	20
为什么生熟食品要分开储存？	20
能用旧报纸包裹食物存放吗？	21
用白纸包食物安全吗？	21
能用塑料袋包裹果蔬放入冰箱吗？	21
如何正确储存生活中常见的几类食物？	22

蔬菜都要放进冰箱才可保存吗？	24
蜂蜜怎么存放？	25
 粮食生产与储存的安全常识 / 26	
如何实现科学储粮？	26
储粮常见病虫害有哪些？	26
防治储粮病虫有什么小窍门？	27
如何科学晾晒储藏小麦？	27
如何科学晾晒储藏水稻？	28
为什么储藏的玉米容易发热霉变？	28
为什么不能在柏油马路上晒粮？	29
为什么新收获的粮食放着会“出汗”？	29
如何防止粮堆结露？	29

第三章 食品的鉴别与选购



肉禽及水产品的鉴别与选购 / 32

如何辨别伪劣食品？	32
市场上常见的肉类有哪几种？	33
如何选购肉类食品？	34
怎样安全选购腌制肉？	35
如何辨别注水肉？	36
如何鉴别含有“瘦肉精”的猪肉？	37
哪些水产品不宜食用？	38

您会买优质活鱼吗？	39
如何辨别被毒死的鱼？	39
如何辨别被污染的鱼？	40
通过体表和鱼鳃能辨别出病鱼吗？	41
鱼体坚硬、鳞片灰暗的鱼是被甲醛浸泡过了吗？	41
怎样选购禽类及其产品？	41
怎样鉴别禽蛋的新鲜度？	42

蔬菜类食品的鉴别与选购 / 44

选购什么样的蔬菜才安全？	44
激素催熟的蔬菜长什么样？	45
如何辨出催熟西红柿？	45
春笋，您选对了吗？	46
五招教您选对蘑菇	47
表皮发黑或有异味的莲藕能买吗？	48
如何选购红薯？	48
如何挑选土豆？	49
为什么有的黄瓜瓜顶长小瘤？	49
如何鉴别用化肥浸泡的豆芽？	49

水果的鉴别与选购 / 51

如何选购和食用水果？	51
如何一眼识破“激素草莓”“打蜡苹果”？	52
如何辨别染色橙？	53
四招识别水果新鲜度	54

零食类的鉴别与选购 / 55

摸起来滑腻的瓜子能买吗？	55
表面光亮、口味极甜的板栗一定好吗？	55
雪白的开心果能买吗？	56
为什么不能买陈花生？	56
如何选购核桃？	56

调味品的鉴别与选购 / 58

怎样鉴别植物油的质量？	58
-------------	----

如何辨别“地沟油”？	58
怎样巧识香油是否掺假？	59
怎样选购调味品？	60
如何识别染色花椒？	62

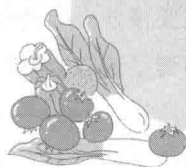
米面的鉴别与选购 / 63

怎样鉴别大米的新、陈、优、劣？	63
如何鉴别伪劣黑米？	64
如何选购面粉？	65

其他类食品的鉴别与选购 / 67

怎样选购优质豆制品？	67
如何“五看一闻”购买白酒？	69
如何识别掺假蜂蜜？	70
怎样选择牛乳制品？	71
什么样的菊花茶可以放心喝？	72

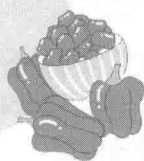
第四章 不可不知的 食品添加剂



什么是食品添加剂？	74
食品添加剂主要分为哪些类别？	74
食品添加剂的主要作用是什么？	74
食品添加剂是否有“毒”？	75
什么情况下可以使用食品添加剂？	76
什么是食品添加剂的残留量？	76
甲醛是食品非法添加物吗？	77
硫黄是食品非法添加物吗？	77

食品色素一定有害吗？	77
苏丹红是食品非法添加物吗？	78
吊白块是食品非法添加物吗？	78
硼砂是食品非法添加物吗？	78

第五章 谨防食物中毒



食物中毒的基础知识 / 80

什么是食物中毒？	80
食物中毒有什么特点？	80
食物中毒有哪几类？	81
如何预防食物中毒？	82
哪些蔬果烹饪时要格外小心食物中毒？	83
发现有人食物中毒了该怎么办？	84
如何处理中毒场所？	85
如何处理疑似有毒食品？	85
一旦发生食物中毒，我们怎样进行急救？	85
食物中毒与食源性疾病有什么区别？	86
哪些原因可导致食物中毒？	87
如何预防食源性疾病？	87

野生蘑菇中毒相关知识 / 89

为什么不能食用野生蘑菇？	89
如何辨别毒蘑菇？	90
有毒的野生菌晾干后就无毒了？	90



误食毒蘑菇后的常见中毒症状有哪些?91

误食毒蘑菇中毒后应采取哪些急救措施?91



其他食物中毒相关知识 / 93

什么样的土豆吃了会中毒?93

如何预防四季豆中毒?94

为什么汤圆变红后不能食用?94

为什么要谨慎食用鲜黄花菜?94

为什么不能吃“米猪肉”?95

变质食物经过高温加工后能吃吗?95

吃了没成熟的青番茄会中毒吗?96

为什么不能食用生蜂蜜?97

扁豆焯一下水, 能不能减少毒素?97



常见农药中毒症状 / 98

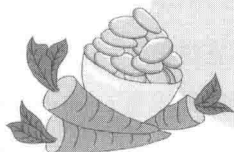
有机磷农药中毒有哪些症状?98

氨基甲酸酯类农药中毒有哪些症状?98

有机氯农药中毒有哪些症状?99

拟除虫菊酯类农药中毒有哪些症状?99

除草剂百草枯有哪些中毒症状?99



第六章 食品安全问题 小常识

怎样读懂食品标签? 102

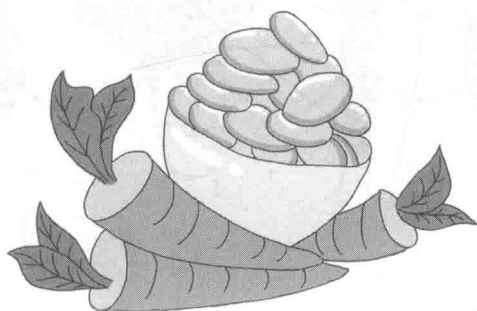
无中文标签的进口食品能买吗? 102

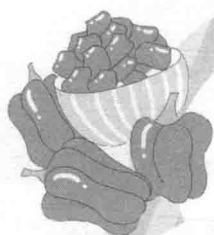


家庭怎样防范食品安全风险？	103
加工制作和食用小龙虾时应注意什么？	104
隔夜茶能喝吗？	104
隔夜饭菜能吃吗？	105
咸菜腌多久才能食用？	105
腊肉好吃，能顿顿吃吗？	106
为什么绿叶蔬菜不能隔夜回锅？	107
食用不良水产品有哪些危害？	107
饭菜糊了还能吃吗？	108
豆腐吃不对也对身体有害吗？	108
为什么吃菠菜时需要用水焯一下？	110
发了芽的大蒜能吃吗？	110
哪些食物不能和柿子同吃？	111
哪些鸡蛋不能吃？	112
蜂蜜结晶了还能吃吗？	113
无根豆芽能吃吗？	113
怎样减少食品包装容器中塑化剂的摄入？	114
杂粮吃得越多越好吗？	115
如何清洗果蔬上的残留农药？	116
不吃主食对身体有害吗？	117
食用紫色蔬菜有哪些好处？	118
纯果汁能代替水果吗？	118
酸奶能想喝就喝吗？	119
为什么豆浆要煮熟了喝？	119
为什么夏天喝啤酒温度不宜过低？	120
为什么未满一岁的婴儿不宜吃蜂蜜？	121
橘子皮晒干就是陈皮？	121
关于“保质期”的科学解读	122



解读“生鲜奶”	124
10大垃圾食品排行榜	125
最佳食品榜	127
远离可能含有致癌物的食品	128
食物相克诗	129
农村常见的食品卫生问题有哪些?	130
农村聚餐是否需要备案?	130
农村集体聚餐举办者和承办者该怎么做?	131
农村集体聚餐场所要满足哪些环境要求?	132





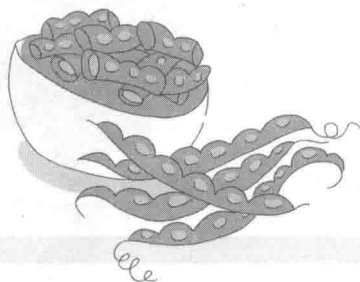
第一章

农产品质量安全





农产品与农产品 质量安全



什么是农产品的保质期？

农产品是指农业生产的初级产品，即在农业活动中获得的植物、动物、微生物及其产品。它的保质期是指在规定的贮存条件下，保持农产品质量安全水平和消费品质的最长时限，或者允许销售的终止日期。



什么是无公害农产品？



无公害农产品是指产地环境、生产过程、产品质量符合国家有关标准和规范要求，经认证合格获得认证证书，并允许使用无公害农产品标志的未经加工或初加工的食用农产品。无公害产品是保证人们对食品质量安全最基本的要求，是最基本的市场准入条件。无公害农产品标志标准颜色由绿色和橙色组成。标志图案主要由

麦穗、对勾和无公害农产品字样组成，橙色的麦穗代表农产品，橙色的对勾表示合格，橙色寓意成熟和丰收，绿色象征环保和安全。

什么是农产品质量安全？

农产品质量安全是指农产品必须符合国家法律、行政法规和国家标准、行业标准之一，满足保障人的健康、安全的要求，不存在危及健康和安全的危险的危险，不得超出有毒、有害物质限量要求。

什么是农产品质量安全标准？

农产品质量安全标准是指依照法律、行政法规和规定制定和发布的农产品质量安全的强制性技术规范，一般是指农产品质量要求和卫生条件，以保障人的健康、安全的技术规范和要求。如农产品中农药、兽药等化学物质的残留限量、农产品中重金属等有害物质的量，对致病性寄生虫、微生物或者生物毒素的相关规定，农药、兽药、添加剂、保鲜剂和防腐剂等化学物质的使用规定等。我国现行的农产品卫生标准、无公害食品系列标准等相关的强制性国家标准和行业标准都属于农产品质量安全标准。

生产者可以申请使用哪些相应的农产品质量标志？

农产品质量标志是指由国家有关部门制定并发布，加施于获得特定质量认证农产品的证明性标识。生产者可以申请使用的农产品质量标志包括无公害农产品、绿色食品、有机农产品、名牌农产品等。



无公害农产品、绿色食品与有机食品有什么区别？

无公害农产品、绿色食品、有机食品简称为“三品”。

无公害农产品是指有毒有害物质残留量控制在安全质量允许范围内，安全质量指标符合《无公害农产品（食品）标准》的农、牧、渔产品（食用类，不包括深加工的食品）。

绿色食品是指遵循可持续发展原则，按照特定生产方式，经专门机构认定、许可食用绿色食品标志商标的无污染、无公害、安全、优质、营养类食品。

有机食品是指来自于有机农业生产体系，根据国际有机农业生产要求和相应的标准生产加工，并通过独立的有机食品认证机构认证的一切农副产品，包括粮食、蔬菜、水果、奶制品、畜禽产品、蜂蜜、水产品、调料等。



有机食品与其他食品的区别主要有哪些？

有机食品与其他食品的区别主要表现为以下三个方面：

1

有机食品在生产加工过程中绝对禁止使用农药、化肥、激素等人工合成物质，并且不允许使用基因工程技术，其他食品则允许有限地使用这些物质，并且不禁止使用基因工程技术。

2

有机食品在土地生产转型方面有严格规定。考虑到某些物质在环境中会残留相当一段时间，土地从生产其他食品和无公害食品则没有转换期的要求。

- 3 有机食品在数量上受到严格控制，要求定地块、定产量，生产其他食品没有如此严格的要求。

A级绿色食品与AA级绿色食品有什么不同？

绿色食品是指产自优良环境，按照规定的技术规范生产，实行全程质量控制，无污染、安全、优质并使用专用标志的食用农产品及加工品。绿色食品标准分为两个技术等级，即A级绿色食品标准和AA级绿色食品标准。

A级 绿色食品

是指生产产地的环境符合农业部《绿色食品 产地环境技术条件》NY/T391-2000的要求，在生产过程中严格按照绿色食品生产资料食用准则和生产操作规程要求，限量使用限定的化学合成生产资料，产品质量符合绿色食品产品标准，经专门机构认定，许可使用A级绿色食品标志的产品。

AA级 绿色食品

是指生产环境符合农业部《绿色食品 产地环境技术条件》NY/T391-2000的要求，生产过程中不使用任何有害化学合成物质，按特定的生产操作规程生产、加工，产品质量及包装经检测、检查符合特定标准，经中国绿色食品发展中心认定并允许使用AA级绿色食品标志的产品。AA级绿色食品基本可以等同于有机食品。