

办好公共食堂

250815



王副龙 编著

# 預防食物中毒

上海科学技术出版社

53  
50

## 內 容 提 要

食物中毒是一种急性病症,多发生于夏秋季。

本書首先介紹了食物中毒的一般概念,并以最常見的細菌性食物中毒為主,敘述了它的发生原因、症狀、发病后的处理和預防办法。对发生原因和預防办法的敘述比較詳細,并适当的举例說明。

本書的主要讀者对象是炊事員和食堂管理人員。

## 預 防 食 物 中 毒

王 嗣 龙 編 著

上海科学技术出版社出版

(上海南京西路2001号)

上海市書刊出版业營業許可證出093号

上海市印刷六厂印刷 新华书店上海发行所总經售

开本 787×1092 1/32 印張 5/8 字數 12,000

1959年7月第1版 1959年7月第1次印刷

印數 1—6,000

統一書号 T14119·783

定價(七) 0.07元

## 一、什么是食物中毒

食物中毒是由于吃了不卫生的或有毒的食物所引起的一种急性病症。在不新鲜的、被污染的、腐败变坏的食物中，有很多的细菌生长、繁殖，有的细菌还会产生毒素，人们吃了就会发生食物中毒。这是最常见的一种食物中毒。此外，食物本身有毒，如河豚鱼、毒蕈、发芽的马铃薯等，或食物中混有化学毒物，如劣质搪瓷器具中的镉混入食物中，施用杀虫农药后不久采食的蔬菜或水果等，人们吃了这些食物，也可发生食物中毒。

食物中毒的发生，与卫生情况有着密切的关系。卫生情况差，这种病的发生就多，卫生情况改善了，这种病就会大大减少，甚至完全消灭。解放后，党和政府关心人民健康，大力普及卫生知识，积极开展以除四害为中心的爱国卫生运动，并且取得了伟大的成绩。全国已出现了数以千计的四无县，卫生面貌起了根本的改变，因而食物中毒的发生也大大减少了。

食物中毒的病势很凶险，而且往往有很多人同时发生，因而影响人民健康、影响生产建设很大。在目前，食物中毒的发生虽然比过去少得很多了，但是仍然还有发生。在全国农村中出现了人民公社以后，为了适应新的形势需要，为了更好地发展生产，都已生活集体化，并举办了公共食堂。在这种情况下，预防食物中毒就具有更重大的意义了，因为如果公共食堂的卫生工作搞得不好，发生了食物中毒，那末受害的人就

会更多,影响生产建設也就更大。1958年的夏天,上海某毛絨厂的工人們就曾因为吃了不新鮮的烤鵝,而引起了200多人的食物中毒,以致停工两天,不但造成生产上的損失,而且影响了工人的健康。这是城市工厂中发生食物中毒的例子,但是我們不难想象,在农村中发生食物中毒也会大大地影响农业生产。

党的八届六次全会“关于人民公社若干問題的決議”中指出:“群众的干劲越大,党越要关心群众生活。党越是关心群众生活,群众的干劲也会越大。”办好公共食堂,使群众吃得飽、吃得好,而且吃得干净卫生,防止食物中毒的发生,是关心群众生活、發揮群众干劲、保証生产跃进的重要措施之一。

## 二、食物中毒是怎样发生的

### 1. 由于食物中污染了細菌而引起

最常見的食物中毒,是由于食物污染了細菌而引起的。这种食物中毒大都发生于夏秋季,因为夏秋季的天气热、温度高,适宜于細菌的生长、繁殖。同时,夏秋季正是蒼蝇、蟑螂活跃的季节,而蒼蝇、蟑螂又是細菌性食物中毒的重要媒介。

引起食物中毒的細菌很多,最常見的是沙門氏菌,此外还有肉毒杆菌和葡萄球菌等。

多种家畜、野兽、家禽、飞鳥和鼠类的腸子里有沙門氏菌,新鮮的蛋类以及蛋制品中也可能有这种病菌存在。有的人的腸子里也有这种細菌,但他本人并不发病,这种人我們称他为

带菌者。带菌者和禽畜的粪便里有沙門氏菌，由于粪便的污染，泥土中和水里也会有这种病菌。因此，沙門氏菌广泛的存在于自然界中。沙門氏菌污染了食物，并在食物中大量繁殖，人們吃了这样的食物就会发生食物中毒。

热天，食物放置过久，又不燒煮透彻，是食物中毒的一个重要原因。1958年6月，上海某大学买了現成的“獅子头”，放到第二天沒有燒透就吃，引起了100多人的食物中毒。这是因为把肉弄碎时沾染了沙門氏菌，碎肉又适于細菌的繁殖发育，“獅子头”做得又大，外面油煎后热度不易透入，内部的細菌不易被杀死，放了一天，使細菌大量繁殖的緣故。

老鼠、蒼蝇和蟑螂等是傳播食物中毒的主要媒介。它們到处乱爬，身上可能沾有病菌。燒煮好的食物，沒有吃完，又不盖好保藏好，被老鼠、蒼蝇、蟑螂等偷吃或叮爬过，就会沾染

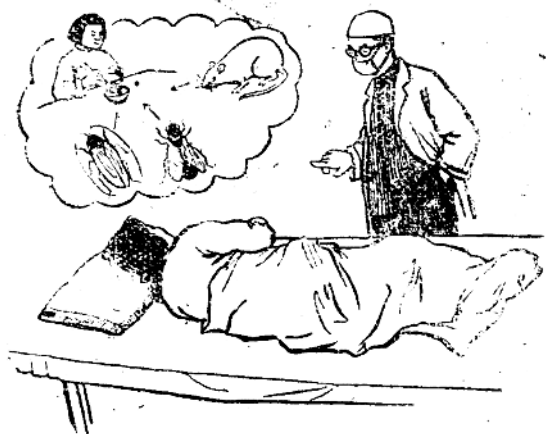


图1 老鼠、蒼蝇和蟑螂是傳播食物中毒的主要媒介

到病菌，人們对这种食物如果不加燒煮就吃，就会发生食物中毒。

吃了已病的或病死禽畜的肉，往往会得食物中毒。上面已經說过，猪、牛、羊、鷄、鴨等禽畜的腸子里常有沙門氏菌存在，当这些动物生病时，抵抗力降低，腸内原有的沙門氏菌就会进入血液傳到肌肉内，使肌肉内也有大量的沙門氏菌。人們吃了这种肉，可以引起中毒。1958年6月，上海宝山县刘行乡某生产社把一条死牛的肉煮熟出售，結果引起該社200多人发生食物中毒。

吃了变质腐敗的魚、肉，也容易得食物中毒。

带菌者会傳染食物中毒。炊事員中如有带菌者，又不注意卫生，便后和工作前不注意洗手，就会将手上沾染的沙門氏菌污染到厨房用具、食具和飯菜上去，使吃的人引起食物中毒。

禽畜宰杀时不注意卫生，也会成为食物中毒的原因。健康禽畜的肉本来是没有病菌的，但如果宰杀时不注意卫生，把腸子里的糞便污染了肌肉，就会使肌肉上沾有大量的沙門氏

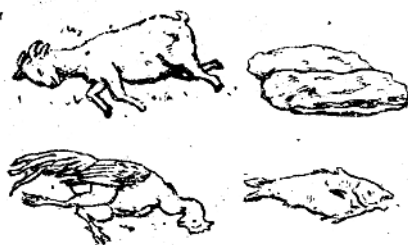


图2 吃了病死禽畜的肉和变质腐敗的魚肉，易得食物中毒。

菌。1958年，上海某加工厂，把白鹅宰杀后，没有剖开腹腔取出内脏，而从翅膀下开一小孔，把内脏抽出来，使靠近肛门的肠子末端的粪便污染了白鹅的腹腔。事后又没有用水冲洗干净，虽然经过烤制，但因白鹅的皮比较厚，烤时腹腔内温度不够高，不能杀死细菌；相反的，白鹅腹腔内的温度正适宜于细菌的生长和繁殖，以致使吃的人发生食物中毒。

运输工具不清洁，把清洁的肉和内脏（如肠子）等混放在一起，或者把肉放在车子上或地面上，把肉弄脏了，使肉污染了沙门氏菌。

在加工烧煮时，由于用具不干净，切过生肉、生菜的刀和砧板，再切熟肉、熟菜；拿过生肉、生菜的手没有洗干净，又拿熟肉、熟菜；放过生肉、生菜的盛具，没有清洗消毒，又盛熟肉、熟菜，这样，生肉、生菜上的病菌就会沾染到熟肉、熟菜上去，人们吃了就容易引起食物中毒。上海某中学把煮熟的猪肚放在盛过生猪肚而未经清洗消毒的籬筐内，使熟猪肚受到了污染，又没有再烧透就吃，结果很多学生发生食物中毒。

沙门氏菌广泛存在于自然界中，因此，食物，尤其是动物性食物如肉类、鱼、虾、蛋品等，如果烧煮得不透，没有把细菌杀死，吃了就可能发生食物中毒。

总之，动物性食物在宰杀、运输、加工、保藏时不当心，很容易污染沙门氏菌，放置时间一久，使细菌繁殖到一定的数量，在吃之前又不加热或加热烧煮不透，就会使吃的人发生食物中毒。

葡萄球菌和肉毒杆菌在食物中生长繁殖时，会产生毒素。

当細菌大量繁殖，毒素达到相当的分量后，人們吃了就会发生食物中毒。

葡萄球菌能在各种容易腐敗的食物如牛奶、肉类、魚类和蛋品中，迅速地繁殖起来，也能在飯、粥和一般食物中繁殖。最适于葡萄球菌生长繁殖的温度是摄氏 37 度，在摄氏 22 度左右也能很快的繁殖。葡萄球菌所产生的毒素很耐热，把食物煮熟后，短時間內就可杀死細菌，而它的毒素必須煮沸 30 分鐘以上才被破坏。

人和动物的化膿性炎症如膿疮、疔子等，就是由葡萄球菌所引起的。引起食物中毒的葡萄球菌，它的主要来源是人 and 牛。喝了生乳房炎的奶牛的奶，常会得食物中毒。炊事員生了化膿性炎症，污染了食物，也常常成为食物中毒的原因。1957 年，北京某单位，在第一天中午把米淘洗好，放到下午先煮 10 分鐘，又在蒸籠里蒸了半小时，然后把它放在瓦缸內，用木棒捣烂，用手做成糕团，摊在案板上，第二天上午七时作早点供应，結果引起了 145 人的食物中毒。事后調查，原来做凉糕的炊事員手上生膿疮，在制作过程中把葡萄球菌污染到凉糕上；据气象台报告，这天的温度是摄氏 32 度到 34 度，厨房內有爐灶，当然温度还要高些，又放了近 10 小时，細菌就大量繁殖而产生多量毒素，以致造成中毒事故。

肉毒杆菌生长在土壤的上层，或寄生在牲畜的腸子里，尤其是猪的腸子里最多。这种細菌在缺乏空气的环境中生长、繁殖，产生毒素。所以，在腊腸、肉餡餅等内部密封不透气的食物，和肉、魚、蔬菜、水果等罐頭食品里，最容易产生毒素。



这类食物中毒,我国很少見。从1949年到1958年,新疆察布查尔錫伯自治县有80多人发生这种食物中毒。根据調查,当地居民习惯用面粉做成馒头,加热发酵后,放在瓦鉢或竹筐內,上盖厚布,在摄氏26~35度的温度下,放置7~20天,使馒头变軟,呈棕紅色,当地人称为“米送乎乎”。晒干后,磨成粉,加开水、食盐攪和,晒二、三天成为甜面醬,直接涂在食物上吃。如果在馒头发酵过程中污染了肉毒杆菌,悶在瓦鉢或竹筐內,空气不流通,温度又高,那是非常适宜于細菌的生长、繁殖和产生毒素的。

## 2. 食物本身有毒

誤食有毒的动植物,或加工燒煮不当,都可以引起食物中毒。例如誤食毒蕈或有毒的野菜、果实等;吃河豚魚不得法,沒有將有毒的卵、卵巢、肝脏和其他有毒的內脏去掉,沒有加工腌制晒成魚干就吃;发芽的馬鈴薯也有毒,不把芽連根挖掉,吃了也会中毒。

此外,生黄豆中含有皂素,一定要煮熟了才能被破坏。曾有托儿所因为豆浆沒有燒开,小朋友吃了发生中毒事故。

## 3. 化学毒物

化学毒物所引起的中毒,可以由于把有毒物质誤作食品而造成。例如把农业杀虫药当作面粉、发酵粉,把桐油誤作豆油燒菜吃等等。

把食物和毒物放在一起,使毒物污染了食物,例如某航空

公司把工业用的錫粉和吃的米裝在一起，錫粉混入米中，引起很多人的中毒。采食施用杀虫农药后不久的蔬菜、水果等，也可引起中毒。

使用劣質器皿燒煮或者盛放食物，器皿的重金屬可溶解于食物中，或用劣質搪瓷盛放帶酸的食物如酸梅湯等，把搪瓷里的錫溶解于食物中，吃了都可引起中毒。

### 三、食物中毒的症狀

食物中毒的种类很多，不同种类的食物中毒，发病的症狀也各不相同。而且，即使同一种类的食物中毒，也可因人們的體質和健康情况的不同，吃入有毒食物的多少不一，而产生不同症狀；身体健康，抵抗力强，吃的有毒食物的量少，症狀就輕，相反的，症狀就重。

一般地說，食物中毒发病急驟，快的可在吃了食物后 10 几分鐘就发病，多数都在吃东西后 3~4 小时到一天內发病，也有延迟到一天以后才发病的。最常見的症狀是恶心、嘔吐、腹痛、腹瀉、全身无力等；有的有发热，有的反而体温下降；也可有头痛、头昏、痙攣（抽筋）、局部麻痺等症狀，或出現呼吸困難、口唇青紫等症狀。一同吃食的人，往往在差不多的時間內发生相似的症狀，这是食物中毒的一个重要特点，根据这一点，常可判断是否是食物中毒。

## 四、发生了食物中毒怎么办

食物中毒常是突然发生的，而且往往很多人同时发病。发生这种情况后，千万不能慌乱，要镇定而迅速的进行处理，最重要的是抢救病人并立即向有关单位报告，疑为中毒的原始材料，要妥为保存以便调查研究。

### 1. 抢救病人最重要

发生食物中毒，应立即送医疗单位医治；如同时发病的人很多，来不及送，可请医疗单位派医护人员来现场抢救。

急救时，首先要设法排出有毒食物，如果吃食后不久，胃里还有食物，应设法除去。除去的方法，可以插一根橡皮管子到胃里去，进行洗胃。如果不能这样做的话，可给病人喝大量的温开水，一直喝到发生呕吐。如果吃了大量开水后，还是不吐，可用鸡毛轻轻拭弄喉嚨或用手指掏喉嚨，使病人把胃里的食物吐出来。

食物中毒的病人，往往由于呕吐和腹泻，损失了大量的水分和盐分，所以在病人不呕吐的时候，应该多给盐开水喝。

经过医生急救和治疗，食物中毒的症状已经消失，病人已经脱离危险期后，仍应使病人安心休息，并当心不使受凉，不吃油腻和不易消化的食物。这样，病轻的1~2天后就可恢复健康，重的一般也可在4~5天后恢复健康。

## 2. 立即向有关单位报告

当发现有几个人同时发生相同的疾病，而症状又象是食物中毒时，就应疑及是食物中毒。在急救的同时，应即刻向当地卫生部门（市区卫生防疫站、农村保健站、人民公社医院等）和公安部门报告，以便派人帮助调查研究和处理。报告要及时，愈早愈好。

## 3. 保存原始材料，便利调查

对引起食物中毒可疑的食物，不可再供食用，应保存起来，等待检查后再处理。

病人吃剩的饭菜，呕吐和泻出来的东西，都应该用盛器分别保存起来，并注明这是谁的，以便化验。

对引起食物中毒的物质，以及它的包装用纸、瓶罐等也是调查的重要资料，也要保存起来检查。

厨房内做饭洗菜等操作情况，食堂开饭的情况，都应保持原状，等调查后再洗刷消毒，千万不要因为有人来调查而先打扫洗刷干净，这样就不容易查明是在哪一操作过程中污染的了。

调查的主要目的，是找出食物中毒的原因，以便提出改进办法，防止今后再发生同样事件。所以在调查时，我们应该抱实事求是的态度，提供有关资料，如发病人数、发病时间、厨房食堂内平时卫生情况，以及发生这一事件后各方面的意见等。只有把真实情况反映出来，才会有利于分析研究，找出真正的

原因并提出有效的改进办法。任何思想顾虑都是不必要的。

## 五、怎样防止食物中毒的发生

### 1. 搞好环境卫生和厨房食堂的清洁卫生

搞好环境卫生，经常保持食堂内外的清洁卫生，是防止发生食物中毒的最有效措施。食堂附近不能有粪坑、厕所、猪棚、牛棚，如有垃圾堆、污水沟等也要清除。泔脚桶附近应保持清洁，泔脚桶要经常加盖。食堂内外要经常打扫，保持清洁，定期大扫除。不是烧饭做菜常用的东西，私人的衣帽鞋袜不要放在厨房里。厨房里整理洗切生菜的地方和烧煮分菜的地方，要严格地分开来，不要混乱在一起，以免熟食被生菜沾污。

### 2. 消灭老鼠、苍蝇和蟑螂

老鼠、苍蝇和蟑螂是传染食物中毒的主要媒介，我们一定



图3 搞好厨房食堂的清洁卫生，定期大扫除。



图4 食物保藏好，防止老鼠、蒼蝇、蟑螂等偷吃；  
米缸、油瓶、盐罐也要随时盖好。

要搞好除四害工作，彻底地把它們消灭掉。不論是生熟食物都要收藏好，放在橱子里，或放在籃子里，上盖紗布或紙头，吊起来，使它們偷吃不到。米桶、油瓶、盐罐等也要随时盖好。

### 3. 食物要新鮮

不論魚肉蔬菜都要新鮮清潔，已經變質不新鮮的魚肉和病死的禽畜不能吃。肉魚、鷄鴨、蛋品等葷菜應放在清潔的籃子里，不要和蔬菜混放在一起，更不能和醬菜、點心等放在一起。籃筐盛器用后必須洗刷干淨，在日光下晒干。如果一次买了很多葷菜，准备分两餐吃，应放在低温的冰箱里、或者刮洗



图5 准备下一餐吃的蔬菜，可放在清洁的篮子里，用布盖好，挂在阴凉通风的地方。

干净，挂在阴凉透风的地方。一定要保藏好。

宰杀禽畜时，注意勿使肠内容物沾污到肉上。没有食用习惯和不了解来源、名称的动植物，不要随便吃。施用杀虫农药后不久的蔬菜瓜果，也不能采食。

有毒的化学物质要特别注意保藏，不要和食物混放在一起。食物在运输过程中，也要注意清洁。

不要用生铜绿的铜锅或劣质、损破的搪瓷器具煮菜，更不能把菜放在这样的器具中过夜。

#### 4. 注意操作卫生，防止污染细菌

生熟菜的盛具一定要分开，盛过生菜的篮筐、盆钵、碗碟

等,不要再盛熟菜;如需使用,應該用開水燙洗消毒后再用。

飯菜應掌握吃多少做多少,現做現吃,盡量做到不剩或少剩。如有少量剩餘,應燒透蓋好,放在陰涼處,留待下一餐吃。在吃之前,檢查一下,看是否有變質情況,如沒有變質,燒透了再吃,千萬不要吃冷的,或混入新鮮的飯菜里供應。



圖6 飯菜要現做現吃

菜一定要燒透,尤其是肉圓、“獅子頭”、水餃等更要注意。

切生菜和熟菜的刀和砧板,必須嚴格分開,不能混用。切過生菜、生肉的刀和砧板,要用熱鹼水洗刷干淨;切過熟菜、滷味、醬菜的刀和砧板,應該用開水煮沸消毒。切熟菜時,要用肥皂把手洗干淨,以免污染細菌,而且切好就吃,不宜放置過久。

黃瓜、萵苣、海蜇皮等生拌菜,一定要先洗干淨,然后用開水燙洗一下再切。公共食堂最好不要吃咸蟹、冷拌面等生吃



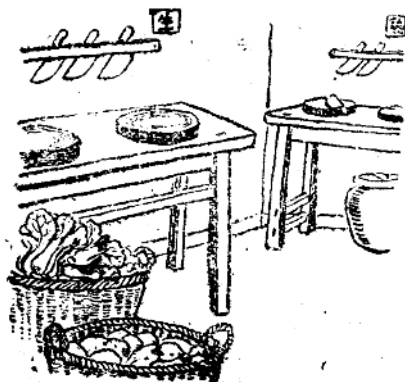


图7 切熟菜和切生菜的刀和砧板要严格分开

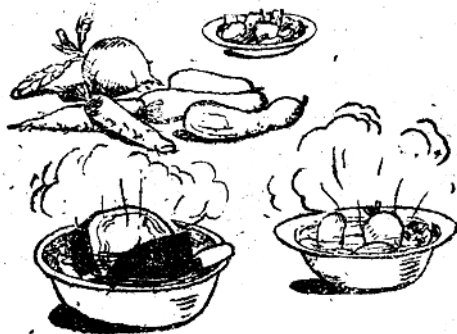


图8 生吃的菜,洗净后再用开水烫洗,刀和砧板,也要烫过才用。

冷吃的食物,因为人多吃数量大,不容易搞干净,一不当心就会污染。

### 5. 食具要消毒

盆、钵、碗、筷、羹匙等食具,要用热碱水洗干净,放在铁丝