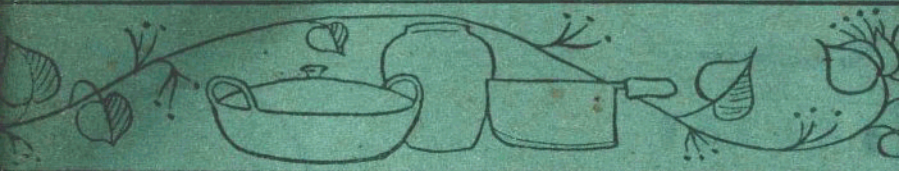


注音识字读物



YU FANG SHI WU ZHONG DU

预防食物中毒



WENZI GAIGE CHUBANSHE
文字改革出版社

目 录

- 一、食物中毒是能够预防的.....
- 二、不吃腐烂变坏的食物.....
- 三、不吃有毒的东西.....12
- 四、不要误吃了农药.....20
- 五、提高警惕，防止坏人投毒.....25
- 六、发生了食物中毒怎么办.....27

shí wù zhòng dú shì néng gòu yù fáng de 一、食物中毒是能够预防的

“bīng cóng kǒu rù”, zhè jù huà hěn yǒu dào lǐ, yǒu
“病从口入”，这句话很有道理，有
xiē bìng què shí shì yīn wèi chī dōng xī bù xiǎo xīn dé lái de,
些病确实是因为吃东西不小心得来的，
shí wù zhòng dú jiù shì zhè lǐ biān de yī zhǒng. zěn me huì
食物中毒就是这里边的一种。怎么会
fā shēng shí wù zhòng dú ne? chī le fǔ làn hé biàn huài de
发生食物中毒呢？1. 吃了腐烂和变坏的
dōng xī; chī le yǒu dú de shí wù, xiàng yǒu dú de yě
东西；2. 吃了有毒的食物，像有毒的野
cài, yǒu dú de mó gū, yǒu dú de yú děng; wù chī le nóng
菜、有毒的蘑菇、有毒的鱼等；3. 误吃了农
yào; fǎn gé mìng fēn zǐ tóu dú. shí wù zhòng dú gěi wǒ
药；4. 反革命分子投毒。食物中毒给我
men de jiàn kāng, shēng chǎn, gōng zuò hé xué xí dài lái hěn
们的健康、生产、工作和学习带来很
dà de sǔn hài. bù guò shí wù zhòng dú shì kě yǐ yù fáng de,
大的损害。不过食物中毒是可以预防的，
shǒu xiān wǒ men yào cóng sī xiǎng shàng zhòng shì zhè ge wèn tí,
首先我们要从思想上重视这个问题，
bǎ tā kàn chéng shì yí ge zhòng yào de zhèng zhì rèn wù, sī háo
把它看成是一个重要的政治任务，丝毫
bù néng má bì dà yì. lìng wài hái yào cǎi qǔ yī xiē yǒu xiào
不能麻痹大意。另外还要采取一些有效
cuò shī, bǐ rú gōng gòng shí táng jiàn lì hé yán gé zhí xíng ān
措施，比如公共食堂建立和严格执行安

quán wèi shēng zhì dù ; xuǎn zé zhèng zhì shàng kě kào de rén dān
全 卫 生 制 度 ; 选 择 政 治 上 可 靠 的 人 担
rèn shí táng guǎn lǐ yuán hé chuī shì yuán ; guǎng fàn xuān chuán yù
任 食 堂 管 理 员 和 炊 事 员 ; 广 泛 宣 传 预
fáng shí wù zhòng dú de zhī shí hé fāng fǎ děng děng 。 zhǐ yào wǒ
防 食 物 中 毒 的 知 识 和 方 法 等 等 。 只 要 我
men zài dǎng de lǐng dǎo xià , yī kào qún zhòng , shí kè tí gāo
们 在 党 的 领 导 下 , 依 靠 群 众 , 时 刻 提 高
jǐng tì , bìng qiè rèn zhēn zuò hǎo yǐn shí ān quán wèi shēng gōng
警 惕 , 并 且 认 真 做 好 饮 食 安 全 卫 生 工
zuò , jiù néng yù fáng shí wù zhòng dú 。
作 , 就 能 预 防 食 物 中 毒 。

bù chī fǔ làn biàn huài de shí wù 二、不 吃 腐 烂 变 坏 的 食 物

chī sǒu le huài le de fàn cài , róng yì fā shēng shí wù
吃 馊 了 坏 了 的 饭 菜 , 容 易 发 生 食 物
zhòng dú ; xià tiān hé qiū tiān , tiān qì hěn rè ; xì jūn róng yì
中 毒 ; 夏 天 和 秋 天 , 天 气 很 热 , 细 菌 容 易
zài wǒ men chī shēng xià de fàn cài lǐ biān shēng zhǎng qǐ lái ,
在 我 们 吃 剩 下 的 饭 菜 里 边 生 长 起 来 ,
shǐ fàn cài fā sǒu biàn huài 。 yǒu xiē xì jūn shì yǒu dú de , rú
使 饭 菜 发 馊 变 坏 。 有 些 细 菌 是 有 毒 的 , 如
guǒ yǒu dú de xì jūn zài shēng xià de fàn cài lǐ shēng zhǎng , zhè
果 有 毒 的 细 菌 在 剩 下 的 饭 菜 里 生 长 , 这
xiē fàn cài yě jiù yǒu dú le 。 rén chī le yǒu dú de fàn cài ,
些 饭 菜 也 就 有 毒 了 。 人 吃 了 有 毒 的 饭 菜 ,
jiù huì zhòng dú 。 jǔ ge lì zǐ lái shuō : yǒu yí ge gōng dì ,
就 会 中 毒 。 举 个 例 子 来 说 : 有 一 个 工 地 ,

zhōng wǔ de cài zuò duō le , shèng xià le bù shǎo , jiù fàng zài
中午的菜做多了，剩下不少，就放在
gāng lǐ 。 zài tài yáng dī xià shài le bàn tiān , yǐ jīng dōu huài
缸里。在太阳底下晒了半天，都已经都坏
le 。 wǎn shàng , yòu bǎ xīn zuò de cài dào zài zhè ge gāng lǐ ,
了。晚上，又把新做的菜倒在这个缸里，
yòng gùn zi jiǎo le jiǎo , gài shàng gài zi , fàng le yí ge duō
用棍子搅了搅，盖上盖子，放了一个多
zhōng tóu , jiù gěi dà jiā chī le 。 dì èr tiān zǎo chén , yǒu xiē
钟头，就给大家吃了。第二天早晨，有些
rén dù zi tòng , ě xīn , ǒu tù , shēn shàng bù shū fú , jīng yī
人肚子痛，恶心，呕吐，身上不舒服，经医
shēng yì jiǎn chá , shuō shì shí wù zhōng dú 。 cóng zhè ge lì zi
生一检查，说是食物中毒。从这个例子
kě yǐ kàn chū yòng má bì dà yì mǎn bù zài hū de tài dù lái
可以看出用麻痹大意满不在乎的态度来
duì dài shí táng gōng zuò , nà zhēn shì hài sǐ rén 。 suǒ yǐ , wǒ
对待食堂工作，那真是害死人。所以，我
men yí dìng yào bǎo zhèng chī de gān jìng , wèi shēng cái xíng 。 yǒu
们一定要保证吃得干净、卫生才行。有
xiē rén rèn wéi zhǐ yào bǎ huài le de fàn cài zhǔ yì zhǔ , xì
些人认为只要把坏了的饭菜煮一煮，细
jūn bèi zhǔ sǐ , zài chī jiù bú ài shì le 。 qí shí , bìng bù
菌被煮死，再吃就不碍事了。其实，并不
wán quán shì zhè yàng 。 rú guǒ fàn cài huài de hěn lì hai , lǐ
完全是这样。如果饭菜坏得很厉害，里
biān de xì jūn hěn duō , xì jūn chǎn shēng de dú yě jiù hěn duō ,
边的细菌很多，细菌产生的毒也就很多，
xì jūn suī rán bèi zhǔ sǐ le , kě shì fàn cài lǐ de dú kě qù
细菌虽然被煮死了，可是饭菜里的毒可去
bú diào 。 yīn wèi fàn cài lǐ hái yǒu dú , suǒ yǐ chī le zhào
不掉。因为饭菜里还有毒，所以吃了照

yàng huì zhòng dú .
样会中毒。

zěn yàng fáng zhǐ fàn cài fā sǒu biàn huài ne ? zhè yào
怎样防止饭菜发馊变坏呢？这要
cóng xǔ duō fāng miàn zhuō shǒu . zuì zhǔ yào de shì yán gé zūn
从许多方面着手。最主要的是严格遵
shǒu shí táng wèi shēng zhì dù . yào ān rén shù zuò fàn zuò cài ,
守食堂卫生制度。要按人数做饭做菜，
chī duō shǎo , zuò duō shǎo . wàn yī shèng xià le , yào fàng zài dà
吃多少，做多少。万一剩下了，要放在大
de pēn zi lì , bǎ tā tūn kāi , gài hǎo , fàng zài yīn liáng de
的盆子里，把它摊开，盖好，放在阴凉的
dì fāng . xià dùn zài chī shí , yí dìng yào bǎ tā zhǔ kāi huò
地方。下顿再吃时，一定要把它煮开或
zhēng tòu . rú guǒ fā sǒu biàn huài , jiù bù néng zài chī le . shí
蒸透。如果发馊变坏，就不能再吃了。食
táng bì xū zhù yì qīng jié wèi shēng , jiù shì xīn xiān de qīng
堂必须注意清洁卫生，就是新鲜的青
cài , rú guǒ xǐ de bù gān jìng , yǒu shí yě huì yīn qǐ zhòng
菜，如果洗得不干净，有时也会引起中
dú .
毒。

chī huài ròu hé chòu yú làn xiā róng yì zhòng dú . wèi
吃坏肉和臭鱼烂虾容易中毒。为
shén me ne ? yīn wèi huài ròu hé chòu yú làn xiā shàng , yǒu hěn
什么呢？因为坏肉和臭鱼烂虾上，有很
duō de xī jūn hé xī jūn de dú sù . guāng kào zhǔ yì zhǔ , bù
多的细菌和细菌的毒素。光靠煮一煮，不
yí dìng néng bǎ xī jūn dōu zhǔ sǐ , jiù shì xī jūn dōu bèi zhǔ
一定能把细菌都煮死，就是细菌都被煮
sǐ , xī jūn de dú hái shì qù bù diào de , suǒ yǐ jiù shì zhǔ
死，细菌的毒还是去不掉的，所以就是煮

shóu le chī , hái kě néng huì zhòng dú 。 chī le huài ròu hé chòu
熟了吃，还可能中 毒。吃了坏肉和臭
yú làn xiā zhòng dú yǐ hòu , jiù è xīn , ǒu tù , dù zi tòng
鱼烂虾中毒以后，就恶 心、呕 吐、肚子痛。
lā xī 。 yán zhòng de hái yǒu shēng mìng wēi xiǎn 。
拉稀。严重的还有生命危 险。

ròu hé yú , xiā shì zěn yàng biàn huài de ne ? ròu hé yú
肉和鱼、虾是怎样变坏的呢？肉和鱼、
xiā róng yì zhān shàng xì jūn , ér qiě zhè xiē dōng xī yòu shì hé
虾容易沾上细菌，而且这些东西又适合
xì jūn shēng zhǎng fán zhí , suǒ yǐ jiù biàn huài le 。 bǐ rú , zài
细菌生长繁殖，所以就变坏了。比如，在
zāi shā shēng chù de shí hòu shǐ yòng de jiā jù bù gān jìng ; yùn
宰杀牲畜的时候使用的家具不干 净；运
sòng ròu hé yú , xiā de chē zi hé chéng zhè xiē dōng xī de jiā
送肉和鱼、虾的车子和盛这些东西的家
jù bù gān jìng ; yùn sòng de shí hòu méi yǒu gài hǎo , cāng yíng
具不干 净；运送的时候没有盖好，苍蝇
zài shàng miàn pá guò huò zhě luò shàng chén tǔ ; hái yǒu fàng de
在上面爬过或者落上尘土；还有放的
dì fāng bù gān jìng děng děng , dōu róng yì zhān shàng xì jūn 。 zài
地方不干 净等等，都容易沾上细菌。在
xià tiān hé qiū tiān , tiān qì běn lái jiù hěn rè , rú guǒ méi
夏天和秋天，天气本来就 很热，如果没
yǒu bǎ zhè xiē dōng xī fàng zài yīn liáng de dì fāng , xì jūn jiù
有把这些东 西放在阴 凉的地方，细菌就
huì zài shàng miàn shēng zhǎng fán zhí , tóng shí chǎn shēng hěn duō
会在上面生长繁殖，同时产生很多
de dú sù 。 zhè yàng ròu hé yú , xiā jiù huì hěn kuài de biàn
的毒素。这样肉和鱼、虾就会很快地变
huài 。
坏。

zěn yàng fáng zhǐ ròu hé yú , xiā biàn huài ne ? zhè yào
怎样防止肉和鱼、虾变坏呢？这要

cóng kāi tóu zuò qǐ . zǎi shā shēng chù de shí hòu , shǐ yòng de
从开头做起。宰杀牲畜的时候，使用的
jiā jù dōu yào shǐ xiān xǐ shuā gān jìng , zuì hǎo néng zuò dào
家具都要事先洗刷干净，最好能做到
dìng qī xiǎo dú , jīng cháng bǎo chí qīng jié . yùn sòng ròu de shí
定期消毒，经常保持清洁。运送肉的时候
hòu yào gài yán , bú rǎng cāng yíng hé chén tǔ luò dào shàng
要盖严，不让苍蝇和尘土落到上
biān . shí pǐn gōng sī hé gòng xiāo shè , yào tè bié zhù yì duì
边。食品公司和供销社，要特别注意对
ròu hé yú , xiā de bǎo guǎn , bǎ zhè xiē dōng xī fàng zài gān jìng
肉和鱼、虾的保管，把这些东西放在干净
yīn liáng de dì fāng , hái yào yòng shā bù gài hǎo huò yòng shā
阴凉的地方，还要用纱布盖好或用纱
zhào zhào zhù , bú rǎng cāng yíng zài shàng miàn pá .
罩罩住，不让苍蝇在上面爬。

mǎi ròu hé yú , xiā de shí hòu , yí dìng yào mǎi xīn
买肉和鱼、虾的时候，一定要买新
xiān de , huài le de bú yào mǎi . mǎi yú bú yào mǎi yú lín róng
鲜的，坏了的不要买。买鱼不要买鱼鳞容
yì diào de , yǎn jīng tā xià qù de . ròu hé yú , xiā , zuì hǎo
易掉的，眼睛塌下去的。肉和鱼、虾，最好
mǎi huí lái jiù chī , bù néng fàng de shí jiān guò cháng . jiù shì
买回来就吃，不能放得时间过长。就是
fàng yì tiān bàn tiān yě yào fàng zài yīn liáng tōng fēng de dì
放一天半天也要放在阴凉通风的地
fāng , huò shì bǎ tā fàng zài pén zi lǐ , yòng lěng shuǐ bīng qǐ
方，或是把它放在盆子里，用冷水冰起
lái . yě kě yǐ bǎ ròu zhǔ shú le jiā shàng yán , fàng qǐ lái .
来。也可以把肉煮熟了加上盐，放起来。

zhè yàng jiù bù róng yì huài le .
这样就不容易坏了。

zuò ròu hé yú , xiǎo de shí hòu , bì xū xiān xǐ gān
做肉和鱼、虾的时候，必须先洗干净，
jìng , yòng gān jìng de dāo hé àn bǎn qiē suì , qiē de kuài er yào
净，用干净的刀和案板切碎，切的块儿要
xiǎo xiē . xià guō yǐ hòu yào duō zhǔ yì xiē shí jiān , ràng tā
小些。下锅以后要多煮一些时间，让它
shú de tòu tòu de . qiē ròu hé qiē cài yòng de dāo hé àn bǎn ,
熟得透透的。切肉和切菜用的刀和案板，
dōu yào yù bèi liǎng tào , qiē shú de hé qiē shēng de yào fēn kāi
都要预备两套，切熟的和切生的要分开
shǐ yòng . gèng bú yào bǎ shēng ròu hé shú ròu fàng zài yí ge
使用。更不要把生肉和熟肉放在一个
jiā jù lǐ . nà yàng , shú de , shēng de dōu róng yì huài .
家具里。那样，熟的、生的都容易坏。

bìng sǐ de shēng chù ròu bù néng chī . wèi shén me ne ?
病死的牲畜肉不能吃。为什么呢？

yīn wèi shēng chù yǒu shēng chù de chuán rǎn bìng . xiàng zhū shāng
因为牲畜有牲畜的传染病。像猪伤
hán , niú cháng yán , jī lì jī děng . shēng chù dé le bìng , zài shēng
寒、牛肠炎、鸡痢疾等。牲畜得了病，在牲
chù de ròu lǐ , xiě lǐ hé wǔ zàng lǐ dōu yǒu hěn duō bìng jūn .
畜的肉里、血里和五脏里都有很多病菌。
chī le bìng sǐ de shēng chù ròu , tóng shí yě bǎ bìng jūn chī le
吃了病死的牲畜肉，同时也把病菌吃了
xià qù , zhè yàng jiù huì zhòng dú . yǒu zhè yàng yí ge lì zǐ :
下去，这样就会中毒。有这样一个例子：
yǒu yí jiā dòu fǔ fāng , bǎ yí kǒu bìng sǐ de mǔ zhū sòng gěi
有一家豆腐坊，把一口病死的母猪送给
lín jū zhāo lǎo tóu . zhāo lǎo tóu bǎ zhū tái huí lái , qù máo
邻居赵老头。赵老头把猪抬回来，去毛

hòu bǎ ròu qiē chéng dà kuài er , fàng zài yí ge pén lǐ , xǐ
后把肉切成大块儿，放在一个盆里，洗
le xǐ , fēn chéng liǎng guō zhǔ le yí yè . dì èr tiān , zhào lǎo
了洗，分成两锅煮了一夜。第二天，赵老
tóu bǎ zhǔ hǎo de ròu sòng gěi lín jū liú jiā yì xiē , liú jiā
头把煮好的肉送给邻居刘家一些，刘家
wǔ kǒu rén dōu chī le . dào le bàn yè , liú jiā lǎo tài tài
五口人都吃了。到了半夜，刘家老太太
jiù fā shāo , xiè dù , dù zi tòng . jiē zhe tā de ér xí fù , sūn
就发烧、泻肚、肚子痛。接着她的儿媳妇、孙
nǚ , sūn zǐ dōu bìng le . zhào lǎo tóu xiōng dì sì rén hé qīn
女儿、孙子都病了。赵老头兄弟四人和来
qī gòng shí yī rén , chī le hěn duō ròu , xiān hòu dōu zhòng dú
戚共十一人，吃了很多肉，先后都中毒
le . cóng zhè ge lì zi kàn lái , bìng sǐ de shēng chù ròu suī rán
了。从这个例子看来，病死的牲畜肉虽然
zhǔ le hěn cháng shí jiān , kě shì chī le hái huì zhòng dú . suǒ
煮了很长时间，可是吃了还会中毒。所
yǐ bìng sǐ de shēng chù ròu bù néng chī , yí dìng yào wā ge shēn
以病死的牲畜肉不能吃，一定要挖个深
kēng , bǎ tā mái le . bú yào yīn wèi shě bù dé rēng zhè diǎn ròu ,
坑，把它埋了。不要因为舍不得扔这点肉，
hěn duō rén chī le zhòng dú , zhè shì bù hé suàn de shì qing .
很多人吃了中毒，这是不合算的事情。

chī le cāng yíng , lǎo shǔ , zhāng láng pá guò de dōng xī
吃了苍蝇、老鼠、蟑螂爬过的东西
róng yì zhòng dú : cāng yíng , lǎo shǔ , zhāng láng de shēn shàng , jiǎo
容易中毒：苍蝇、老鼠、蟑螂的身上、脚
shàng cháng cháng dài yǒu hěn duō bìng jūn . rú guǒ fàn cài bèi cāng
上常常带有很多病菌。如果饭菜被苍
yíng , lǎo shǔ , zhāng láng pá guò , rén chī le jiù kě néng fā shēng
蝇、老鼠、蟑螂爬过，人吃了就可能发生

shí wù zhōng dú 。 yào fáng zhǐ fā shēng zhè yàng de shì qíng , yī
食物中毒。要防止发生这样的事情，一
fāng miàn yào yòng gè zhǒng bàn fǎ jī jí xiāo miè cāng yíng , lǎo
方面要用各种办法积极消灭苍蝇、老
shǔ hé zhāng láng ; lìng yī fāng miàn yě yào zuò hǎo fáng yíng , fáng
鼠和蟑螂；另一方面也要做好防蝇、防
shǔ , fáng zhāng láng de gōng zuò 。 bǐ rú , shí táng ān shā mén , shā
鼠、防蟑螂的工作。比如，食堂安纱门、纱
chuāng , zhuāng fàn cài de chú guì yào zuò de jiē shí yán mì , bú
窗，装饭菜的橱柜要做得结实严密，不
ràng cāng yíng , lǎo shǔ hé zhāng láng jìn qù ; fàn cài zuò hǎo hòu ,
让苍蝇、老鼠和蟑螂进去；饭菜做好后，
zài mài chū qù yǐ qián yào gài hǎo , huò yòng shā zhào zhào hǎo 。
在卖出去以前要盖好，或用纱罩罩好。

chuī shì yuán dài bìng gōng zuò , hěn róng yì bǎ bìng jūn
炊事员带病工作，很容易把病菌

gāo dào shí wù shàng ; rú guǒ chuī shì yuán shēn shàng shēng jiē
搞到食物上；如果炊事员身上生疳
zi , zhǎng nóng chuāng , ěr duǒ liú nóng , sāng zi tòng , huò shì
子、长脓疮、耳朵流脓、嗓子痛，或是
tàng shāng huà le nóng , hái zhào cháng gōng zuò , jiù hěn róng yì
烫伤化了脓，还照常工作，就很容易
bǎ huà nóng bìng jūn dài dào fàn cài shàng qù , rén men chī le
把化脓病菌带到饭菜上去，人们吃了
jiù huì fā shēng shí wù zhōng dú 。 yù fáng de bàn fǎ ; chuī shì
就会发生食物中毒。预防的办法：炊事
yuán yǒu zhè xiē bìng shí , jiù yào zàn shí tíng zhǐ gōng zuò , děng
员有这些病时，就要暂时停止工作，等
bìng wán quán hǎo le zài shàng bān 。 bú yào yǐ wéi zhè shì xiǎo
病完全好了再上班。不要以为这是小
shāng xiǎo bìng , méi shén me guān xi , qí shí zhè yàng xiǎo shāng xiǎo
伤小病，没什么关系，其实这样小伤小

bīng yě néng huài dà shì .
病也能坏大事。

niú yáng nǎi huài le bù néng chī : chī le huài le de niú
牛羊奶坏了不能吃: 吃了坏了的牛
yáng nǎi , néng fā shēng shí wù zhōng dú . niú yáng nǎi biàn huài
羊奶, 能发生食物中毒。牛羊奶变坏
shì yīn wèi lǐ miàn yǒu xì jūn , xì jūn néng shǐ niú yáng nǎi
是因为里面有细菌, 细菌能使牛羊奶
fā suān biàn huài . rén chī le biàn huài de niú yáng nǎi , jiù bǎ
发酸变坏。人吃了变坏的牛羊奶, 就把
hěn duō de bīng jūn dài dào dù zi lǐ qù le .
很多的病菌带到肚子里去了。

niú yáng nǎi lǐ zěn me huì yǒu bīng jūn de ne ? niú
牛羊奶里怎么会有病菌的呢? 1、牛
yáng shēng le nǎi chuāng , jǐ nǎi shí bǎ nǎi chuāng shàng de bīng
羊生了奶疮, 挤奶时把奶疮上的病
jūn gāo dào nǎi lǐ ; jǐ nǎi de rén shēn shàng , tè bié shì
菌搞到奶里; 2、挤奶的人身上, 特别是
shǒu shàng shēng jiē zi zhǎng chuāng , jǐ nǎi yě néng bǎ bīng jūn
手上生疖子长疮, 挤奶也能把病菌
dài dào nǎi lǐ ; yòng bù gān jìng de tǒng , guǎn zi hé píng
带到奶里; 3、用不干净的桶、罐子和瓶
zi zhuāng nǎi ; jǐ nǎi de rén gōng zuò qián bù xǐ shǒu , bú
子装奶; 4、挤奶的人工作前不洗手, 不
dài kǒu zhào , bù chuān gōng zuò fú , zhè yàng dōu róng yì bǎ bīng
戴口罩, 不穿工作服, 这样都容易把病
jūn gāo dào nǎi lǐ qù . xià tiān nǎi tè bié róng yì huài , yīn
菌搞到奶里去。夏天奶特别容易坏, 因
wèi xì jūn zài rè tiān shēng zhǎng de tè bié kuài . yǒu xiē rén
为细菌在热天生长得特别快。有些人
míng zhī dào niú yáng nǎi huài le , shě bù dé dǎo diào , yǐ wéi
明知道牛羊奶坏了, 舍不得倒掉, 以为

zhǔ guò le hē jiù méi yǒu guān xi , bù zhī dào zhǔ zhǔ shì bù
煮过了喝就没有关系，不知道煮煮是不
néng bǎ suǒ yǒu de bìng jūn dōu zhǔ sǐ de . tè bié shì bìng jūn
能把所有的病菌都煮死的。特别是病菌
chǎn shēng de dú , gèng shì zhǔ bù diào de . yīn cǐ chī le hái
产生的毒，更是煮不掉的。因此吃了还
shì huì zhōng dú . céng yǒu yī jiā , yīn niú nǎi chǎng sòng lái
是会中毒。曾有一家，因牛奶场送来
de nǎi huài le , méi yǒu gěi hái zǐ hē , dà rén jiù zhǔ zhǔ hē
的奶坏了，没有给孩子喝，大人就煮煮喝
le , dào xià wǔ jiù fā shēng le ě xīn , ǒu tù , dù zi tòng , hòu
了，到下午就发生了恶心、呕吐、肚子痛，后
lái , jīng guò yī shēng zhì liáo cái hǎo le .
来，经过医生治疗才好了。

zěnyàng fáng zhǐ niú yáng nǎi biàn huài ne ? fán shì
怎样防止牛羊奶变坏呢？1、凡是

zài nǎi chǎng gōng zuò de rén yào yán gé zūn shǒu wèi shēng zhì
在奶场工作的人要严格遵守卫生制
dù . shēn shàng shēng le chuāng zhǎng le jiē zi , huò shì fā shēng le
度。身上生了疮长了疖子，或是发生了
shāo shāng , tàng shāng , dōu yào zàn shí tíng zhǐ gōng zuò , děng hǎo
烧伤、烫伤，都要暂时停止工作，等好
le hòu zài shàng bān . měi tiān shàng bān yǐ qián , yào yòng xiāo
了后再上班。每天上班以前，要用消
dú shuǐ bǎ shǒu xǐ gān jìng , dài shàng kǒu zhào , chuān shàng gōng
毒水把手洗干净，戴上口罩，穿上工
zuò fú . kǒu zhào hé gōng zuò fú yào qín xǐ qín huàn . nǎi
作服。口罩和工作服要勤洗勤换。2、奶
chǎng yào jiā qiáng wèi shēng guǎn lǐ , dīng chū gè zhǒng wèi shēng
场要加强卫生管理，订出各种卫生
zhì dù . niú , yáng shēng le nǎi chuāng , jī xià de nǎi bù néng wǎng
制度。牛、羊生了奶疮，挤下的奶不能往

wài sòng 。 zhuāng nǎi yòng de jiā jù yào yán gé xiāo dú , zài sòng
外送。装奶用的家具要严格消毒，在送
chū qù yǐ qián , yào fàng dào lěng shuǐ zhōng bǎo cún 。 nǎi
出去以前，要放到冷水中保存。3、奶
chǎng sòng lái de nǎi , zuì hǎo mǎ shàng zhǔ kāi chī le , fàng de
场送来的奶，最好马上煮开吃了，放的
shí jiān cháng le róng yì huài 。 rú bù mǎ shàng chī , yào fàng zài
时间长了容易坏。如不马上吃，要放在
liáng de dì fāng , zuì hǎo fàng zài lěng shuǐ lǐ , bìng yào qín huàn
凉的地方，最好放在冷水里，并要勤换
shuǐ 。 nǎi rú guǒ huài le jiù yào dǎo diào , bù kě zài chī 。
水。奶如果坏了就要倒掉，不可再吃。

bù chī yǒu dú de dōng xī 三、不吃有毒的东西

hé tún yú : hé tún yú yǒu dú , suī rán tā de ròu hǎo
河豚鱼：河豚鱼有毒，虽然它的肉好

chī , kě shì tā de xiě ,
吃，可是它的血、

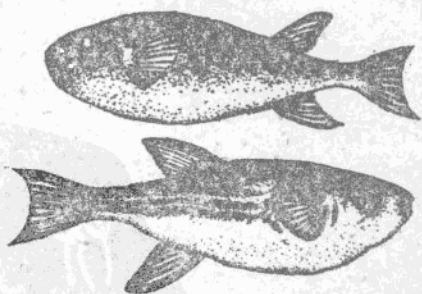
yǎn jīng hé wǔ zàng dōu
眼睛和五脏都

yǒu dú , rén chī le huì
有毒，人吃了会

zhòng dú 。 zhòng le dú ,
中毒。中了毒，

qǐ chū jué de dù zi
起初觉得肚子

bù shū fu , suí hòu jiù
不舒服，随后就



河豚鱼

ǒu tù , zuì hòu quán shēn fā má , shé tóu fā yǐng , shuō bù chū
 呕吐，最后全身发麻，舌头发硬，说不出
 huà lái , bù xǐng rén shì . zhòng dú yán zhòng de hái yǒu shēng
 话来，不省人事。中毒严重的还有生
 mìng wēi xiǎn .
 命危险。

zuì hǎo bù chī hé tún yú , rú guǒ yào chī , yí dìng yào
 最好不吃河豚鱼，如果要吃，一定要
 bǎ tā de wǔ zàng dōu tāo gān jìng . bǎ yú tóu duō diào , bǎo le
 把它的五脏都掏干净。把鱼头剥掉，剥了
 pí , yòng shuǐ bǎ xiě xǐ gān jìng . zhǔ de shí hòu , huǒ yào
 皮，用水把血洗干净。煮的时候，火要
 dà , zhǔ de shí jiān yào cháng . rú guǒ méi yǒu chī guò huò zhě
 大，煮的时间要长。如果没有吃过或者
 bú huì zuò de , jiù bù yào chī tā , yǐ miǎn zuò bù hǎo , chī
 不会做的，就不要吃它，以免做不好，吃
 le zhòng dú .
 了中毒。

yǒu dú de mó gū : mó gū yǒu hǎo duō zhǒng , yǒu xiē
 有毒的蘑菇：蘑菇有很多种，有些
 mó gū shì yǒu dú de , chī le huì zhòng dú . rú yǒu yí ge dì
 蘑菇是有毒的，吃了会中毒。如有一个地
 fāng , yǒu sān shí jiǔ ge rén chī le yǒu dú de mó gū , zhòng le
 方，有三十九个人吃了有毒的蘑菇，中了



有毒蘑菇



有毒蘑菇



有毒蘑菇



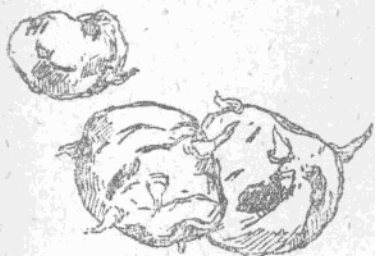
蘑菇

dú , qíng kuàng hěn yán zhòng , jīng guò shè fǎ jí jiù , suī rán
毒，情况很严重，经过设法急救，虽然
dà bù fēn dōu zhì hǎo le , hái shì yǒu sān ge rén zhòng dú sǐ
大部分都治好了，还是有三个人中毒死
le 。
了。

zěn yàng fēn qīng nǎ xiē mó gū yǒu dú , nǎ xiē mó gū
怎样分清哪些蘑菇有毒、哪些蘑菇
méi yǒu dú ne ? yǒu dú de mó gū , duō bàn shì zhǎng zài rén men
没有毒呢？有毒的蘑菇，多半是长在人们
róng yì kàn dào de dì fāng , yàng zi hěn tè bié , mó gū mào
容易看到的地方，样子很特别，蘑菇帽
ròu báo , yán sè hěn hǎo kàn , yǒu de hái fā liàng guāng 。 bāi
肉薄，颜色很好看，有的还发亮光。掰
kāi yǐ hòu , guò yī huǐ jiù biàn chéng zǐ sè huò hēi sè de
开以后，过一会儿就变成紫色或黑色的
le , wèi r tè bié kǔ ; méi yǒu dú de mó gū , duō shēng zhǎng
了，味儿特别苦；没有毒的蘑菇，多生长
zài bèi yīn de dì fāng , mó gū mào yǒu de shì biǎn de , yǒu de
在背阴的地方，蘑菇帽有的是扁的，有的
shì yuán de , ròu hòu , hěn nǚn , yán sè duō bàn shì bái de , huáng
是圆的，肉厚、很嫩，颜色多半是白的、黄
de hé gǔ tóng sè de 。 bāi kāi yǐ hòu , guò yī huǐ yán sè
的和古铜色的。掰开以后，过一会儿颜色
yě bù biàn , yǒu qīng xiāng wèi r , hěn hǎo chī 。
也不变，有清香味儿，很好吃。

fā yá biàn lǜ de shān yào dàn yǒu dú : shān yào dàn
发芽变绿的山药蛋有毒：山药蛋
(tǔ dòu , yáng yù) de pí lǐ yǒu yī zhǒng yǒu dú de dōng xī ,
(土豆、洋芋) 的皮里有一种有毒的东西，
píng cháng hěn shǎo , chī le bú huì zhòng dú 。 kě shì shān yào dàn
平常很少，吃了不会中毒。可是山药蛋

fā yá de shí hòu, yá lǐ zhè zhǒng yǒu dú de dōng xī jiù hěn
 发芽的时候，芽里这种有毒的东西就很
 duō; shān yào dàn bèi tài yáng shài guò yǐ hòu, pí jiù fā lǜ
 多；山药蛋被太阳晒过以后，皮就发绿
 le, zài lǜ pí lǐ, zhè zhǒng yǒu dú de dōng xī gèng duō. rú
 了，在绿皮里，这种有毒的东西更多。如
 guǒ wǒ men chī le yǐ jīng fā yá huò biàn lǜ de shān yào dàn,
 果我们吃了已经发芽或变绿的山药蛋，



发芽的山药蛋

jiù kě néng zhòng dú. zhòng le
 就可能中毒。中了
 dú, jiù huì ǐ xīn, ǒu tù,
 毒，就会恶心、呕吐。
 lā xī, sǎng zi fā yǎng.
 拉稀、嗓子发痒。

yào fáng zhǐ shān yào
 要防止山药

dàn fā yá, zuì hǎo shì bǎ
 蛋发芽，最好是把

tā fàng zài dì jiǎo lǐ. rú guǒ yǐ jīng fā yá huò pí biàn lǜ
 它放在地窖里。如果已经发芽或皮变绿
 le, jiù yào zài chī de shí hòu, bǎ yá hé pí xiāo diào. rú
 了，就要在吃的时候，把芽和皮削掉。如
 guǒ fā yá hěn duō, huò zhě pí quán biàn lǜ le, jiù bù néng
 果发芽很多，或者皮全变绿了，就不能
 chī le.
 吃了。

cāng ěr: cāng ěr shì yī zhǒng yǒu dú de yě shēng zhí
 苍耳：苍耳是一种有毒的野生植

wù, tè bié shì cāng ěr zǐ hé cāng ěr miáo, dú xìng gèng dà.
 物，特别是苍耳子和苍耳苗，毒性更大。
 chī le jiù huì zhòng dú. hǎo duō dì fāng dōu yǒu guò chī cāng
 吃了就会中毒。好多地方都有过吃苍