



食源性疾病

科普文章汇编

陈莉莉 陈江 章荣华 主编

上架建议 科 普

ISBN 978-7-5178-5199-8



9 787517 851998 >

定价：58.00元

食源性疾病

科普文章汇编

陈莉莉 陈 江 章荣华 主编



浙江工商大学出版社 | 杭州
ZHEJIANG GONGSHANG UNIVERSITY PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

食源性疾病科普文章汇编 / 陈莉莉, 陈江, 章荣华
主编. — 杭州: 浙江工商大学出版社, 2023.6
ISBN 978-7-5178-5199-8

I . ①食… II . ①陈… ②陈… ③章… III . ①食源性
疾病 - 防治 IV . ① R595.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2022) 第 214442 号

食源性疾病科普文章汇编

SHIYUANXING JIBING KEPU WENZHANG HUIBIAN

陈莉莉 陈江 章荣华 主编

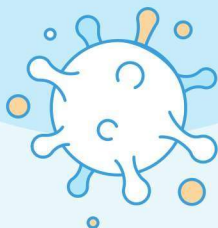
责任编辑 张婷婷
责任校对 何小玲
封面设计 朱嘉怡
责任印制 包建辉
出版发行 浙江工商大学出版社
(杭州市教工路 198 号 邮政编码 310012)
(E-mail: zjgsupress@163.com)
(网址: <http://www.zjgsupress.com>)
电话: 0571-88904980, 88831806 (传真)

排 版 杭州彩地电脑图文有限公司
印 刷 浙江海虹彩色印务有限公司
开 本 787 mm × 1092 mm 1/16
印 张 12
字 数 212 千
版 印 次 2023 年 6 月第 1 版 2023 年 6 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-5178-5199-8
定 价 58.00 元

版权所有 侵权必究

如发现印装质量问题, 影响阅读, 请和营销与发行中心联系调换
联系电话 0571-88904970





编写委员会

主编 陈莉莉 陈 江 章荣华

主审 楼晓明

编者 (按姓氏笔画排序)

王绩凯 浙江省疾病预防控制中心

王黎荔 温州市疾病预防控制中心

方跃伟 舟山市疾病预防控制中心

申屠平平 金华市疾病预防控制中心

邢 超 绍兴市疾病预防控制中心

朱 冰 杭州市疾病预防控制中心

刘倩倩 温州市疾病预防控制中心

齐小娟 浙江省疾病预防控制中心

许娇娇 浙江省疾病预防控制中心

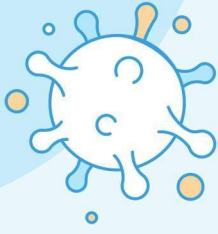
孙 亮 浙江省疾病预防控制中心

李 鹏 舟山市疾病预防控制中心

李 毅 温州市疾病预防控制中心

张 琰 宁波市疾病预防控制中心

张荷香 浙江省疾病预防控制中心



张道根	平湖市疾病预防控制中心
林 云	嘉兴市疾病预防控制中心
林 丹	温州市疾病预防控制中心
罗亚翠	台州市疾病预防控制中心
郑三燕	温州市疾病预防控制中心
赵士光	衢州市疾病预防控制中心
赵啸宇	嘉兴市疾病预防控制中心
柳金涛	丽水市疾病预防控制中心
姜 叶	台州市疾病预防控制中心
袁 瑞	湖州市疾病预防控制中心
倪承珠	台州市疾病预防控制中心
徐小民	浙江省疾病预防控制中心
陶 桃	丽水市疾病预防控制中心
黄 鹏	衢州市疾病预防控制中心
董 莹	宁波市疾病预防控制中心
蒋丹捷	宁波市疾病预防控制中心
蔡圆圆	温州市疾病预防控制中心
潘琼娇	温州市疾病预防控制中心
潘碧枢	台州市疾病预防控制中心



食源性疾病是导致发病和死亡的主要原因，是世界范围内的重大公共卫生问题。据世界卫生组织估计，全世界每年有6亿人因食用受污染的食物而患病，造成42万人死亡，损失3300万健康生命年。在低收入和中等收入国家，食物不安全造成的生产力损失和医疗费用损失每年高达1100亿美元。在我国，食源性疾病也造成了巨大的疾病负担。一项全国范围的急性肠胃炎调查估计，我国每年发生7.48亿例急性肠胃炎病例，其中有4.2亿次急性胃肠炎病例到医院就诊。

为了减少食源性疾病的发生，我国于2011年起建立了食源性疾病监测网络，对食源性疾病进行早期识别、监测和预警，并以此为基础广泛开展食品安全风险交流。食品安全风险交流，是指各利益相关方就食品安全风险、风险所涉及的因素和风险认知相互交换信息和意见的过程。我省高度重视食品安全风险交流工作，作为食品安全社会共享共治的重要组成部分，近年来，在省卫生健康委的统一部署下，全省各级疾控中心坚持科学客观、公开透明、及时有效、多方参与的原则，组织开展了大量丰富的食品安全风险交流工作，对于提升全省老百姓的食品安全素养、减少食源性疾病的发生发挥了应有作用，取得了丰硕的成果。

本书的内容主要为《食品安全风险交流工作技术指南》中提到的“科普宣教中的风险交流”，科普宣教的主要内容包括食品安全基本知识的宣传以及食品安全典型事件、案例、“热点”、谣言等的解读分析，针对的风险交流对象主要是社会公众和普通老百姓。本书共分为2章。第一章是食源性疾病概述，介绍了食源性疾病的概念、分类、发病特点、传播方式、

危害和防控措施。第二章是科普文章，分为综合篇、真菌篇、有毒动植物篇、微生物篇和化学物质篇，通过一篇篇的科普文章介绍各种食品有害因素的危害和预防知识。本书收录的科普文章主要为通过官方微信开展的食源性疾病预防相关科普宣传内容，全省各地的作者们从不同角度、以多种方式撰写了丰富多彩的科普稿件，有从科普实验入手的，有从讲故事入手的，还有的作者采用了“微信群聊天模式”。为总结经验，持续大力开展内容丰富、群众喜闻乐见的科普宣传，我们收集、整理、汇总各地近年来撰写的有代表性的食源性疾病预防宣传内容，并汇编形成《食源性疾病预防科普文章汇编》供全省各地疾控中心交流使用。

由于学识水平和时间精力有限，本书难免有疏漏和错误之处，敬请读者谅解并给予批评指正。本书得到了各市疾控中心的大力支持，特此感谢。

编者

2023年4月



第一章 食源性疾病概述 1

- 第一节 食源性疾病概念 3
- 第二节 食源性疾病的分类 4
- 第三节 食源性疾病发病特点及传播方式 6
- 第四节 食源性疾病的危害 10
- 第五节 食源性疾病防控措施 13

第二章 科普文章 19

第一节 综合篇 21

求围观，疾控推出《舌尖上的中国》姊妹篇——《舌尖上的安全》 21

五花八门的食品进入理化实验室，这是要做啥？——认识食品安全风险监测理化篇 27

炎炎夏季，疾控专家教你如何防范食源性疾病 33

痛心！多起中毒，1人身亡！市疾控中心紧急提醒：不要食用野菜和野生蘑菇！ 36

新冠疫情期间，还能不能好好吃肉、吃海鲜？ 40

食源性疾病高发季，四招让你安然度夏 44

隔夜菜能不能吃？会不会致癌？疾控实验告诉你！ 48

夏日来临，警惕食源性疾病 55

小心！别让病菌进你的口 58

食品安全五大要点 63

食品安全问题高发季节，食源性疾病的这些“秘籍”，请收藏！ 67

第二节 真菌篇 73

我省进入毒蘑菇中毒高发季节 专家提醒：路边的蘑菇你不要采！ 73

“家有厨房”之路边的蘑菇不要采 78

听说丽水又有勇者以身试毒？ 80

蘑菇中毒，让你笑不停 84

梅雨季节，小心这种致命的食物中毒 87

梅雨至，毒蘑菇又出来害人了 89

又有8人吃这个东西中毒了 92

扔掉？ or 吃掉？ 95

白伞灰伞才是要命的伞 99

孤勇者 or 菇勇者？ 102

第三节 有毒动植物篇 105

地瓜籽有毒千万别乱吃 105

“八角”不止八个角？别吃，小心有毒！ 107

赤潮来袭，慎食贝壳类海产品 109

又到河鲩产卵季，警惕野生河鲩鱼中毒！ 111

长“眼睛”的土豆 114

苦味蒲瓜吃不得 116

别贪图那丝丝绿意，吃得安全才是正道 118

1个葫芦瓜，放倒3个人！衢州疾控提醒：这些“问题”蔬菜吃不得 122

警惕！别以为它就是一个普通的芋头！ 125

又到一年踏青时，路边野菜莫要轻易采 128

野菜虽美味，食用需谨慎 131

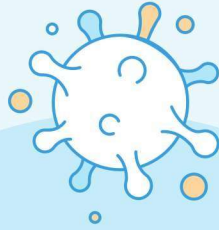
- 注意！这种鱼吃了可能会中毒！ 136
- 滴水观音能“招财”也能“闯祸”！ 138
- 豆科植物种类多，加工不熟易中毒 140
- 轻则腹泻，重则致命！千万别碰这种食物…… 142

第四节 微生物篇 145

- 海鲜好吃，但要防副溶血性弧菌 145
- 不可忽视婴儿配方奶粉中的隐形杀手——阪崎肠杆菌 147
- 黑木耳浸泡变身毒木耳，黑木耳却喊冤…… 151
- 吃黑木耳进ICU？不该被“黑”的黑木耳 155
- 领导给你夹菜，吃不吃？ 157
- 不容小视的微生物——沙门氏菌 161
- 警惕！厨房里的沙门氏菌！ 163
- 您的食品安全吗？——盘点食品中那些看不见的危险分子 166
- 开海季——享受海鲜盛宴的同时，也要警惕副溶血性弧菌！ 170

第五节 化学物质篇 172

- 哎！用过这种壶的“铅”万要小心 172
- 锡壶温酒，警惕铅中毒！ 174
- 吃这种“盐”会中毒，严重者会死亡！ 178



第一章

食源性疾病概述



第一节 食源性疾病概念

一、食源性疾病定义

《中华人民共和国食品安全法》(以下简称《食品安全法》)规定:食源性疾病,指食品中致病因素进入人体引起的感染性、中毒性疾病,包括食物中毒。因此,食源性疾病含有三个基本要素,即:食物本身并不致病,只是起到了携带和传播病原物质的媒介作用;食物中含有致病因子,并且该致病因子会引起食源性疾病;人体摄入食物中所含的致病因子可引起具有中毒性或感染性两种发病特点的各类临床症状。食源性疾病既包括传统意义上的食物中毒,也包括经食物传播的肠道传染病、食源性寄生虫病、人畜共患传染病。

二、食源性疾病与食物中毒

2009年第一版《食品安全法》将食物中毒定义为食用了被有毒有害物质污染的食物或者食用了含有毒有害物质的食品后出现的急性、亚急性疾病。GB 14938—94《食物中毒诊断标准及技术处理总则》(现已作废)将食物中毒定义为: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”一词源于长期以来人们对食物引起的一类疾病的感性认识和经验总结,并当作预防医学和食品安全专业术语沿用至今。但病原学的研究表明,食物中的致病因子不仅可引起人的中毒性反应,也可引起机体的感染性症状,因此,“食物中毒”这一专业术语不能全面科学地反映食物中各种致病因子所致疾病的特征。1984年世界卫生组织用“食源性疾病”一词代替了历史上沿用至今的“食物中毒”。因此,食物中毒属食源性疾病范畴,是食源性疾病中最常见、最典型的疾病。

三、食源性疾病及与食物有关的其他健康危害

除上述定义的食源性疾病，与食物有关的健康危害还有：食品中可能含有或被污染的某些放射性物质或金属、玻璃等杂质，摄入后可引起放射性损伤或消化道机械性损伤，一些因食物营养不平衡所导致的高血压、高血脂、糖尿病等慢性疾病，一些因长期超剂量摄入食物中的有毒有害因子引起的致癌、致突变、致畸等慢性疾病，一些具有特异体质的人对某些食物或食物的正常成分产生的不同类型的非毒性反应（如食物过敏），一些因暴饮暴食引起的急性胃肠炎。因上述健康危害与食物有关，故国际上有人把这类疾病也归为食源性疾患的范畴，但因其性质不符合食源性疾病以中毒或感染为主要临床特征的特点，故均不属于本书讨论的食源性疾病范畴。

第二节 食源性疾病的分类

食源性疾病的分类方式较多，可根据引起发病的发病机制、致病因子、食物种类和临床症状等的不同进行分类。目前多按发病机制或致病因子进行分类。

一、按发病机制分类

按发病机制的不同，食源性疾病可分为食源性感染和食源性中毒。

（一）食源性感染

食源性感染指经食物摄入人体内的活的细菌、病毒或寄生虫所引起的一类感染性疾病。食源性感染有如下两种形式：

（1）经食物摄入人体内的活的细菌、病毒或寄生虫侵入并在消化道黏膜和（或）其他组织中成倍繁殖并直接损害周围组织，从而导致腹泻等食源性疾病常见的症状。有些致病性微生物也会通过血流扩散到身体的其他部位。

（2）经食物摄入人体内的活的细菌侵入人体肠道，在肠道内成倍繁殖并释放毒素（肠毒素）损害周围的组织或干扰正常器官或组织，属于毒素介导感染。因毒素是在人体内产生的，这一特征是毒素介导感染与中毒的区别点。病毒或寄生虫不会

引起毒素介导感染。产气荚膜梭菌是引起毒素介导感染的典型致病菌。

（二）食源性中毒

食源性中毒指摄入已受到某种毒物污染的食品所引起的一类中毒性疾病。污染食物的毒物主要有三种来源：一是细菌在食物上繁殖并产生毒素。病原体有金黄色葡萄球菌、蜡样芽孢杆菌等。二是有毒化学物质污染食品。化学毒物有亚硝酸盐、盐酸克伦特罗、农药、兽药等。三是动植物或真菌中天然存在的毒素。天然毒素有河豚毒素、海藻毒素、皂素、三硝基丙酸及蕈类毒素等。

对于细菌外毒素引起的食源性中毒，食物中一定会有产毒菌株污染，其在食物中生长繁殖并产生毒素。在有些情况下，食品被产毒菌株污染，但并未产生致病剂量的毒素，故在食品中检测出产毒菌株并不意味着一定会患该细菌毒素导致的食源性疾病。另外，假如某种食物中的产毒菌株已生长繁殖并产生毒素，即使目前该食品中的产毒菌株已灭活，因其所产生的毒素还存在，食用了被该毒素污染的食品后仍可引起发病。因此，在判定食源性中毒时，对食品中所含毒素的检测比致病菌的检测更有意义。如 WS/T 83《肉毒梭菌食物中毒诊断标准及处理原则》中规定，在可疑中毒食品或病人粪便、血液中检测出某种型别的肉毒毒素即可判定为肉毒梭菌食物中毒。但是毒素检测技术难度较大、费用也高，有些毒素目前尚无检测方法，因此，如在食品中检测出大量的产毒菌株，即可认为存在该致病菌产生毒素的关联性依据。如在 WS/T 82—1996《蜡样芽孢杆菌食物中毒诊断标准及处理原则》中规定，当可疑中毒食物中蜡样芽孢杆菌菌数大于 $10^5/\text{g}$ ，即可判定为蜡样芽孢杆菌毒素中毒。由此可见，并非在食品中检测出产毒菌株即可下结论，而是认为只有产毒菌株繁殖达到一定数量时，才能产生可引发疾病的毒素。

二、按致病因子分类

（一）细菌性食源性疾病

包括非伤寒沙门氏菌、伤寒与副伤寒沙门氏菌、副溶血性弧菌、金黄色葡萄球菌、蜡样芽孢杆菌、志贺氏菌、致病性大肠埃希氏菌、变形杆菌、产气荚膜梭菌、小肠结肠炎耶尔森氏菌、空肠弯曲菌、单核细胞增生李斯特氏菌、肉毒梭菌、布鲁氏菌、霍乱弧菌、创伤弧菌、嗜水气单胞菌、溶血性链球菌、肠球菌、河弧菌、克罗诺杆菌、椰毒假单胞菌酵米面亚种（米酵菌酸）等。

（二）食源性病毒感染

包括诺如病毒、甲型肝炎病毒、戊型肝炎病毒、轮状病毒、脊髓灰质炎病毒、