

# 食品中毒宣導

石岡衛生所醫師兼主任  
林永隆

# 什麼是食品中毒

---

- 二人或二人以上攝取相同的食物而發生相似的症狀，則稱爲一件 "食品中毒"。

# 大啖劇毒河豚 3大陸漁工昏迷

## 別亂吃

三名大陸漁工在臺灣七美外海作業，誤食河豚導致中毒，經送至醫院救治。  
(陳可文攝)



三名大陸漁工在臺灣七美外海作業，誤食河豚導致中毒，經送至醫院救治。據悉，這三名漁工分別來自中國大陸的江蘇、浙江和安徽。他們在出海前並未意識到河豚的劇毒性，誤食後隨即出現腹痛、嘔吐、眩暈等症狀。由於症狀嚴重，他們被緊急送往附近的醫院救治。目前，三名漁工的病情穩定，但仍需觀察一段時間。

## 澎湖外海作業 繫帶上岸求救

澎湖外海作業的三名大陸漁工，因誤食河豚中毒，經送至醫院救治。據悉，這三名漁工分別來自中國大陸的江蘇、浙江和安徽。他們在出海前並未意識到河豚的劇毒性，誤食後隨即出現腹痛、嘔吐、眩暈等症狀。由於症狀嚴重，他們被緊急送往附近的醫院救治。目前，三名漁工的病情穩定，但仍需觀察一段時間。

澎湖外海作業的三名大陸漁工，因誤食河豚中毒，經送至醫院救治。據悉，這三名漁工分別來自中國大陸的江蘇、浙江和安徽。他們在出海前並未意識到河豚的劇毒性，誤食後隨即出現腹痛、嘔吐、眩暈等症狀。由於症狀嚴重，他們被緊急送往附近的醫院救治。目前，三名漁工的病情穩定，但仍需觀察一段時間。

## 告示牌、休息設施 人性化

### 深夜不訊問 法院邁向「無囚籠」

【本報台北訊】台北地方法院日前在本院大樓外，設置了多處告示牌及休息設施，以體現司法的人性化。此外，法院還決定在深夜不再進行訊問，這項舉措被視為法院邁向「無囚籠」的重要一步。法院表示，這些措施旨在減輕被告的心理壓力，提高司法效率，並體現對人權的尊重。

## 北檢抗告成功 警押

【本報台北訊】台北地方法院日前在本院大樓外，設置了多處告示牌及休息設施，以體現司法的人性化。此外，法院還決定在深夜不再進行訊問，這項舉措被視為法院邁向「無囚籠」的重要一步。法院表示，這些措施旨在減輕被告的心理壓力，提高司法效率，並體現對人權的尊重。

## 牠很毒

河豚是一種非常毒性的魚類，其體內含有大量的河豚毒素。這種毒素具有強烈的神經毒性，能導致呼吸衰竭和心臟停跳。雖然河豚肉味道鮮美，但其毒性極強，誤食後可能危及生命。因此，在食用河豚時必須格外小心，確保其經過專業人員的處理。此外，河豚毒素還具有抗腫瘤作用，是醫學界研究的對象。

## 危險佳餚 料理

# 食品中毒的一般分類

---

- 細菌性食物中毒
- 天然毒素食品中毒
- 化學性食品中毒

# 細菌性食物中毒

致病原因菌潛伏期	
致病原因菌潛伏期(小時)	潛伏期(小時)
沙門氏桿菌	5-72(多為12-36)
腸炎弧菌	2-48(多為12-18)
金黃色葡萄球菌	1-8(多為2-4)
肉毒桿菌	12-30(多為12-24)
仙人掌桿菌	1-16(多為2-4或8-16)
病原性大腸桿菌	5-48(多為10-18)

# 細菌性食品中毒簡介

遵守五要原則可以減少細菌對飲食衛生的危害



手上



水中



空氣中



桌面



塵土

# 天然毒素食品中毒

致病食品潛伏期	
致病食品種類潛伏期	致病食品種類潛伏期
毒貝類數分鐘至30分鐘	毒貝類數分鐘至30分鐘
毒河豚10分鐘至數小時	毒河豚10分鐘至數小時
毒菇數分鐘至數小時	毒菇數分鐘至數小時

# 化學性食品中毒

化學性食品致病物質潛伏期	
致病原因物質潛伏期	致病原因物質潛伏期
農藥、有毒非法食品添加物(如硼砂、非食用色素)	視攝入量多寡分： 急性中毒：數分鐘 至數小時。
砷、鉛、銅、汞、鎘等重金屬類	慢性中毒：可潛伏數 年或更久



# 潛伏期

---

- 食用後到引起症狀發生之期間。

# 細菌為引發食品中毒的主因

---

- 食用放在**4-65°C**之間，超過**4**小時以上的食物，只要食物曾經細菌污染，均可能發生食品中。
- 台灣地處亞熱帶，一年四季從早到晚的溫度均適合細菌繁殖，民眾需特別注意

## \* 常見引起食品中毒的原因：

---

- 1. 冷藏及加熱處理不足。
- 2. 食物調製後放置在室溫下過久。
- 3. 生、熟食交互污染。
- 4. 工作人員衛生習慣不良或本身已被感染而造成食物的污染。
- 5. 調理食物的器具或設備未清洗乾淨。
- 6. 水源被污染。
- 7. 誤食含有天然毒素的食物。

# 食品中毒的預防

---

- 遵守食品處理之原則：
- 新鮮:所有農、畜、水產品等食品原料及調味料添加物，盡量保持其鮮度。

- 
- 清潔:食物應澈底清洗，調理及貯存場所、器具、容器均應保持清潔，工作人
  - 衛生習慣良好。

- 
- 避免交互污染：生、熟食要分開處理，廚房應備兩套刀和砧板，分開處理生、
  - 熟食。

- 
- 加熱和冷藏：保持熱食恆熱、冷食恆冷原則，超過**70°C**以上細菌易被殺滅，**7°C**以下可抑制細菌生長，**-18°C**以下不能繁殖，所以食物調理及保存應特別注意溫度的控制。

---

■ 養成個人衛生習慣：

6.(1)養成良好個人衛生習慣，調理食物前澈底洗淨雙手。

6.(2)手部有化膿傷口，應完全包紮好才可調理食物(傷口勿直接接觸食品)。



- 
- 避免疏忽：餐飲調理，應確實遵守衛生安全原則，按步就班謹慎工作，切忌
  - 因忙亂造成遺憾。

# 發生食品中毒之處理

---

- 1.迅速送醫急救。
- 2.保留剩餘食品及患者之嘔吐或排泄物，並儘速通知衛生單位。
- 3.醫療院(所)發現食品中毒病患，應在二十四小時內通知衛生單位。

# 食品安全宣導

