

# 食品中毒相關須知

## 食品中毒的定義

- 一、 食品中毒(Foodborne outbreak)：二人或二人以上攝取相同的食品而發生相似的症狀，則稱為一件食品中毒案件。如因肉毒桿菌毒素而引起中毒症狀且自人體檢體檢驗出肉毒桿菌毒素，由可疑的食品檢體檢測到相同類型的致病菌或毒素，或經流行病學調查推論為攝食食品所造成，即使只有一人，也視為一件食物中毒案件。如因攝食食品造成急性中毒(如化學物質或天然毒素中毒)，即使只有一人，也視為一件食品中毒案件。
- 二、 病因物質(Etiologic agent)：係指引起疾病發生之原因。例如發生食物中毒時，經調查檢驗後確認引起疾病之病原菌為腸炎弧菌，則該腸炎弧菌即為病因物質。
- 三、 原因(媒介)食品(Vehicle)：係指引起疾病之原因食品或稱媒介食品。如發生食品中毒時，經檢驗或流行病學調查後，確認係因患者攝食某類食品所引起者，則該類食品稱為原因食品。
- 四、 最常見的為頭暈、頭痛、嘔吐、腹痛或伴隨發燒等症狀。(食品中毒病因物質及原因，詳見附件)

## 發生食品中毒狀況之處理

萬一發生食品中毒，宜採取下列措施，以便有效處理。

- (一)迅速將患者送醫急救。
- (二)保留剩餘食品及患者之嘔吐物或排瀉物留存冰箱內(冷藏，不可冷凍)，並儘速通知衛生單位檢驗。
- (三)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。

## 預防食品中毒的原則

### 一、良好的個人衛生習慣

良好的個人衛生習慣包括飯前，便後、處理食物前先洗手，處理食物時不搔頭、挖鼻孔、擦嘴巴或咳嗽，保持指甲的清潔等。這些雖然都是很平常的衛生習慣，但若能做到，就能減少多種寄生蟲病和細菌性食物中毒的發生。

### 二、正確的食物處理方式

1. 手上有傷口化膿時先包紮戴手套後才接觸食物，或改做不和食物直接接觸的工作。
2. 注意原料及器皿的選擇、清洗及貯存。
3. 食物原料及烹調好不立即食用的食物應冷藏；冷藏貯存的食物在食用前先充分加熱。
4. 使用不同砧板及器具處理生食和熟食；盛裝過生食的容器器具在充分洗滌乾燥後再盛裝熟食。
5. 隨時保持食物製備場所的清潔衛生，器皿、器具掉落在地上應洗淨後再使用。

### 三、正確的飲食習慣

1. 採用公筷母匙的進餐方式。
2. 不以口餵食。
3. 不生吃食物（水果及某些蔬菜除外）。
4. 注意選擇衛生習慣環境良好的場所進餐。
5. 平日的剩飯、剩菜要做妥善處理。

### 四、正確的食品消費觀念

1. 選擇、查看品質證明之優良食品標誌，如無農藥蔬菜、無鉛皮蛋、鮮乳、優良冷陳食品、優良肉品標示、不含硼砂的油麵等。
2. 對於食品檢驗結果的報導，能做適當的反應，而不是盲目的恐懼。

### 五、詳細查看食品標示

自食品標示法公布以來，民眾通常看食品標示的情形已逐漸普遍，但查看的範圍卻局限於製造日期、保存期限，對於優良食品標誌、食品添加物的種類、廠名廠址等卻甚少民眾查看。只有在明智的消費者的選擇下，才會有負責高品質的廠商。

### 六、參考資料：

衛生福利部食品藥物管理署(2011)・食品中毒定義・取自  
<http://www.fda.gov.tw/TC/siteContent.aspx?sid=2275#.U2wvgbfegdW>

衛生福利部食品藥物管理署(2014)・食品中毒病因物質及原因食品判明標準・取  
自 <http://www.fda.gov.tw/TC/site.aspx?sid=2309>