

食物中毒主要预防措施

5-10 月为我国食物中毒高发月份。节假日期间聚餐和在外就餐机会增加，食物中毒风险也相应增加。我国内地以微生物所致食物中毒最为多见，野生菌、野生植物等其他中毒也时有发生。

食物中毒通常进餐后短时间内急性发病，出现恶心、呕吐、腹痛、腹泻等症状；腹痛以上、中腹部持续或者阵发性绞痛多见，呕吐物多为进食之食物；常先吐后泻。

主要预防措施

注意食品安全。

外出就餐时，注意选择正规、卫生条件好的饭店或餐厅。

不食用来历不明的食物，不采集、不食用不明野生菌及野生植物。

不吃未烧熟煮透的食物、未经消毒的奶。

不吃不干净的水果和蔬菜。

选择新鲜、安全的食品原料，加工时要注意生、熟分开。