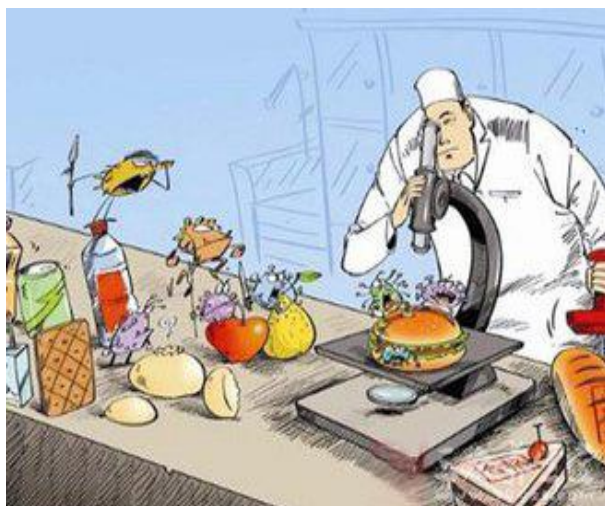


食源性疾病

科普知识宣传



什么是食源性疾病？

1984 年 WHO 将“食源性疾病”（foodborne diseases）一词作为正式的专业术语，以代替历史上使用的“食物中毒”一词，并将食源性疾病定义为“通过摄食方式进入人体内的各种致病因子引起的通常具有感染或中毒性质的一类疾病。”

食源性疾病是指通过摄食而进入人体的有毒有害物质（包括生物性病原体）等致病因子所造成的

疾病。一般可分为感染性和中毒性，包括常见的食物中毒、肠道传染病、人畜共患传染病、寄生虫病以及化学性有毒有害物质所引起的疾病。食源性疾患的发病率居各类疾病总发病率的前列，是当前世界上最突出的卫生问题。

疾病分类：

●细菌性食物中毒

是指人们摄入含有细菌或细菌毒素的食品而引起的食物中毒。其中最主要、最常见的原因就是食物被细菌污染。多发生在气候炎热的季节，临床表现为头晕、发热、恶心、腹泻等。据我国近五年食物中毒统计资料表明，细菌性食物中毒占食物中毒总数的 50% 左右，而动物性食品是引起细菌性食物中毒的主要食品，其中肉类及熟肉制品居首位，其次有变质禽肉、病死畜肉以及鱼、奶、剩饭等。

●真菌毒素食物中毒

真菌在谷物或其他食品中生长繁殖产生有毒的代谢产物，人和动物食入这种毒性物质发生的中毒，称为真菌毒素食物中毒。中毒发生主要通过被真菌污染的食品，用一般的烹调方法加热处理不能破坏食品中的真菌毒素。真菌生长繁殖及产生毒素需要一定的温度和湿度因此中毒往往有比较明显的季节性和地区性。

●动物性食物中毒

食入动物性中毒食品引起的食物中毒即为动物性食物中毒。动物性中毒食品主要有将天然含有有毒成分的动物或动物的某一部分当做食品，误食引起中毒反



应；在一定条件下产生了大量的有毒成分的可食的动物性食品，如食用鲐鱼等也可引起中毒。近年，我国发生的动物性食物中毒主要是河豚鱼中毒，其次是鱼胆中毒。

● 植物性食物中毒

因误食有毒植物或有毒的植物种子，或烹调加工方法不当，没有把植物中的有毒物质去掉而引起。最常见的植物性食物中毒为梅豆中毒、毒蘑菇中毒、木薯中毒；可引起死亡的有毒蘑菇、马铃薯、银杏、苦杏仁、桐油等。主要有 3 种。①将天然含有有毒成分的植物或其加工制品当作食品，如桐油、大麻油等引起的食物中毒；大麻油是大麻子加工而成，毒性成分主要是大麻树脂，其主要成分有麻醉和较强的毒性，损伤神经系统，临床表现口麻、咽干、哭笑无常、四肢麻木、视物不清等。②在食品的加工过程中，将未能破坏或除去有毒成分的植物当作食品食用，如木薯、苦杏仁等；③在一定条件下，不当食用大量有毒成分的植物性食品，食用鲜黄花菜、发芽马铃薯、未腌制好的咸菜或未烧熟的扁豆等造成中毒。

● 化学性食物中毒

食入化学性中毒食品引起的食物中毒即为化学性食物中毒。化学性食物中毒发病特点是：发病与进食时间、食用量有关。一般进食后不久发病，常有群体性，剩余食品、呕吐物、血和尿等样品中可测出有关化学毒物。病人有相同的临床表现，亚硝酸盐中毒的特征性高铁血红蛋白血症引起的紫绀，有头痛、心悸、口唇、指甲及全身皮肤、黏膜紫绀等症状体征。

● 其他急性食源性疾病

急性食源性疾病是由易感个体通过摄入污染病源体的食物而感染的、潜伏期较短的急性肠道传染病和寄生虫病。它不同于食物中毒的特点：有人与人之间的传染过程，如甲肝、痢疾；潜伏期较长，如旋毛虫病；不一定出现明显的消化道症状，如甲肝。



食源性疾病爆发特点

食物传播：所有的食物中毒都是以食物和水源为载体使致病因子进入机体引起的疾病。

爆发性：一起食源性疾病暴发少则几人，多则成百上千人。在发病形式上，微生物性食物中毒多为集体暴发，潜伏期较长（6~39 小时）；非微生物性食物中毒为散发或暴发，潜伏期较短（数分钟至数小时）。

散发性：化学性食物中毒和某些有毒动植物

食物中毒多以散发病例出现，各病例间在发病时间和地点上无明显联系，如毒蕈中毒、河豚鱼中毒、有机磷中毒等。

地区性：指某些食源性疾病常发生于某一地区或某一人群。例如，肉毒杆菌中毒在中国以新疆地区多见；副溶血性弧菌食物中毒主要发生在沿海地区；霉变甘蔗中毒多发生在北方地区；牛带绦虫病主要发生于有生食或半生食牛肉习俗的地区。

季节性：某些疾病在一定季节内发病率升高。例如，细菌性食物中毒一年四季均可发生，但以夏秋季发病率最高；有毒蘑菇、鲜黄花菜中毒易发生在春夏生长季节，霉变甘蔗中毒主要发生在 2~5 月份。



疾病预防:

1. 避免在没有卫生保障的公共场所进餐。
2. 在有卫生保障的超市或菜市场购买有安全系数的食品。不买散装食品。
3. 新鲜食品经充分加热后再食用。不喝生水。
4. 避免生熟食混放、混用菜板菜刀等，防止生熟食交叉污染。
5. 不生食、半生食海鲜^[1]及肉类。生食瓜果

必须洗净。

6. 重视加工凉拌类和生冷类食品的清洁。
7. 尽量每餐不剩饭菜。
8. 吃剩的饭菜尽量放 10℃ 以下贮藏，食用前必须充分加热。
9. 夏季避免食用家庭自制的腌渍食品。
10. 养成饭前便后洗手的良好卫生习惯。

培养卫生健康的饮食习惯是预防感染食源性寄生虫病的捷径，不要吃生的或未熟透的猪、牛、羊、鸡、鸭、兔等其它肉类食品，切忌吃生的未煮的淡水鱼、虾、螺、蟹，蛙、蛇等食物。当患者怀疑自己患有寄生虫病时，如出国得了疟疾；或生吃了不熟的猪、牛、羊、鸡、鸭、兔、淡水鱼、虾、蟹等。高度怀疑患有食源性寄生虫病的患者，应该尽快到正规医院进行检查。

交大医院/社区卫生服务站

2017 年 3 月 21 日