

应急救护科普 | 发生食物中毒怎么办？

食物中毒是一大类疾病，由于食入“有毒”食物而引起的**急性**中毒性疾病。

这类食物包括**被细菌、真菌等微生物及其毒素污染**的食物，**含有毒素的动植物**（毒蕈、河豚鱼等）和**被毒物污染**的食物。

急性食物中毒在炎热的**夏秋季节**最常见，随着气温升高，微生物繁殖速度加快，食物更容易腐败变质。



食物中毒的正确处理方法

- 对清醒者需要立即催吐



- 饮用糖盐水以补充丢失的水和电解质

症状较轻者要卧床休息，密切观察病情变化，严重者立即就医

将食物样品或呕吐物带到医院鉴定

尽量让患者左侧卧位

如何避免食物中毒？



生、熟食分开处理，避免污染

合理存放食物

不要随意采食不认识的蘑菇



不吃有毒的食物

- 豆角、四季豆等要**完全做熟**后食用
- **保持卫生**，饭前便后要洗手