

2018年11月，广东省市场监督管理局发布消费提醒：秋冬换季慎防椰酵假单胞菌食物中毒。

什么是“椰酵假单胞菌食物中毒”？

多发生于秋冬换季，温度忽高忽低，环境条件正符合椰酵假单胞菌的繁殖。中毒后发病急促，症状和一般食物中毒症状类似，轻者恶心、呕吐、上腹不适、头晕、无力；重者皮下出血、血尿、肝肿大、意识不清、抽搐，甚至死亡。

所以，椰酵假单胞菌食物中毒千万不可大意。

在众多食品当中，有**三种食品**很容易受到椰酵假单胞菌污染——

薯类：马铃薯粉条、山芋淀粉、甘薯面等。



谷类发酵食品：玉米淀粉、发酵玉米面、发酵糯小米、糍粑等食物。



变质的木耳和银耳。



以下三类食品如果储存不当或储存时间过长，椰毒假单胞菌就很容易在食物里繁殖产毒，进食后引起食物中毒。

如何预防？

1. 选购湿米粉、湿河粉类食物需注意：

不超过保质期；观察外观，买无霉变、外形规整且色泽正常的产品；食用时一旦发现酸败或者霉变的气味，请立即**“吐掉”**；现买现吃，剩余请放置冰箱安全储存不得超过48小时。



2. 家庭自制谷类发酵食品要“谨慎”：

不反对自制食品，但是要选择可靠的原料；特别是玉米等谷物原料，有**哈喇味、霉变**的千万别用；



在谷类食物浸泡的过程中及时换水，防止微生物大量繁殖；谷类食物的储存一定要注意防潮。

3. 安全食用木耳、银耳：

对于这两种建议您常吃的食材，一定要安全处理。

首先，不要买自采的鲜木耳或者鲜银耳、已经发霉变质的木（银）耳，这类菌类中毒几率更高；正规超市、市场销售的木耳、银耳相对安全些。

其次，**木耳、银耳**吃之前一定要洗干净，用干净的容器和纯净水泡发；现泡现吃，避免泡发太长时间，且尽量不要剩余。



真的中毒了，怎么办？

假如吃完这些食物，不幸地发生了上述中毒的反应，首先立即停止食用，催吐，尽量排出胃中的内容物，减少伤害；然后抓紧送医治疗。



如需获取更多健康相关资讯，请登录：

广东省卫生健康委员会

wsjkw.gd.gov.cn

广东省疾病预防控制中心

cdcp.gd.gov.cn



健康广东



广东疾控



广东省卫生健康委员会
广东省疾病预防控制中心