

《谨防祸从口入》

图书基本信息

书名：《谨防祸从口入》

13位ISBN编号：9787810727280

10位ISBN编号：7810727281

出版时间：2006-1

出版社：中国协和医科大学出版

作者：顾清

页数：73

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《谨防祸从口入》

内容概要

国以民为本，民以食为天，食以安为先。

随着社会、经济的发展，人们对食物短缺的担忧，已被对食品安全的恐惧所替代。近年来在欧洲发生的“疯牛病事件”和“二恶英事件”以及在我国发生的“酱油风波”、“月饼风波”、“瘦肉精事件”、“奶粉事件”等都清楚地表明：食品安全问题已超越了国界，严重影响了广大人民群众的生命安全与健康。

一方面，国家对有关食品安全的法律日臻完善，卫生执法监督力度不断加大；另一方面，为了维护自己和家人的健康，广大群众应该积极行动起来，掌握食品安全的基本知识和技能，在日常的生活中，杜绝“病从口入”。

本书是中国疾病预防控制中心组织编写的突发公共卫生事件意识及健康教育科学系统丛书之一。本书以大众的需求为根本，本着“从大众中来，到大众中去”的编写思想，从人们的日常生活入手，介绍了食品安全的相关知识，并重点介绍了食物中毒的预防常识，图文并茂，通俗易懂，科学实用。

《谨防祸从口入》

书籍目录

食品安全综合篇——了解食品和食物中毒安全——饮食的基本需求病从口入的食源性疾病食物中毒是怎么一回事预防食物中毒黄金指南食物中毒的危害程度食物中毒自救宝典发生食物中毒后该怎么办有机食品绿色食品无公害食品转基因食品保健食品细菌性食物中毒防护篇——预防细菌及其毒素中毒都是“细菌”惹的祸“细菌”黑名单细菌性食物中毒预防原则生猛海鲜不能生吃不能以“貌”取食细菌“最喜欢”的食品鉴别食品的“腐败”电冰箱 保险箱家庭剩菜、剩饭的处理凉拌菜，让人欢喜让人忧“胖听”罐头酵米面中毒银耳中毒真菌性食物中毒防护篇——预防霉变食物中毒了解霉菌毒素食物中毒吃霉变粮食危害健康倒“霉”的甘蔗 ——霉变甘蔗中毒“醉谷病” ——赤霉病麦中毒不要吃有黑斑病的红薯植物性食物中毒防护篇——预防有毒植物中毒美丽的杀手——毒蘑菇让人“疯癫”让人“醉”的 曼陀罗毒麦——不是麦子是毒草古老银杏树，果实慎食用生吃毒性大，做熟没脾气慎吃“五仁”、“一薯”当马铃薯(土豆)亮起“绿色警示灯”时食用油中的“李鬼” ——桐油不能轻视的其他有毒植物动物性食物中毒防护篇——预防有毒动物中毒河豚鱼——美味的背后暗藏 杀机使人“过敏”的青皮红肉鱼“赤潮”的后遗症 ——贝类中毒“清热”还是惹祸 ——鱼胆中毒吃“血脖”吃出了“甲亢” ——动物甲状腺中毒化学性食物中毒防护篇——预防化学性毒物中毒杀害虫的农药也能杀人家用喷雾杀虫剂真的无毒吗罪大恶极的毒鼠强别吃错了“盐” ——亚硝酸盐中毒假酒里的元凶——甲醇“瘦肉精”无异于害人精添加甲醛 ——水产品保鲜的损招食品非法添加物——吊白块可个白的二口恶英

《谨防祸从口入》

章节摘录

书摘食物中毒自救宝典 发生食物中毒后，千万不要恐慌，自乱阵脚，在等待医院救护时，可以采取以下应急措施： 饮水：立即饮用大量干净的水，以达到对毒素进行稀释的目的。 催吐：用手指压迫咽喉，产生呕吐反应，尽可能将胃里的食物排出。（对腐蚀性毒物中毒以及处于昏迷休克或患有心脏病、肝硬化等疾病的病人不宜采取上述方法!） 导泻：如果吃下去的中毒食物超过2小时，且精神尚好，则可在医务人员的指导下服用泻药，以促进中毒食物尽快排出体外。 保胃：误食腐蚀性毒物，如强酸、强碱后，应及时服用稠米汤、鸡蛋清、豆浆、牛奶等，对胃粘膜具有保护作用。 P10 家庭剩菜、剩饭的处理 每个家庭都难免会有剩饭、剩菜，如果全部扔弃，既不现实，也非常浪费。当然，最好还是不剩，如果已经剩下了，应放在通风、阴凉和干净的地方，或者是晾凉后及时放进冰箱内。如果不是气温炎热的夏季，未放进冰箱的剩饭、剩菜保存时间以不隔餐为宜，早剩午吃，午剩晚吃，时间尽量缩短在6小时内，吃之前必须彻底加热。 P27

《谨防祸从口入》

编辑推荐

本书从人们的日常生活入手，介绍了食品安全的相关知识，并重点介绍了食物中毒的预防常识，图文并茂，通俗易懂，科学实用，是一本科学性、实践性和实用性俱强的科普之作。

《谨防祸从口入》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com