

其它危险

如果食物自身含有危险成分，或是因为操作人员不安全的食品处理过程带入了某些危险因素，这样的食物都可以称为是被污染的食物。最常见的危险是生物性的危险，具体就是微生物的危险。而化学性和物理性的危险虽然不是导致食物性疾病的主要因素，但它们也会让食物变得不安全。

生物性危险

当一个人吃了含有某种毒素（或毒物）的食品时，就会发生食物性中毒。生物性毒素可以是由食物中的有害细菌或霉菌产生的，也可能来自于植物和海鲜产品。

食物中常见的生物性毒素

毒素	来源	相关食物	预防
双鞭毛藻毒素	以含有毒素海藻为食物的鱼	琥珀鱼、梭鱼、鲶鱼和甲鱼。	烹制并不能消除毒素。所有产品应从经批准的供货商处购买。
鲭亚目鱼毒素	某些种类鱼被捕捞后如果处于不安全的温度，体内的细菌就会产生组胺，组胺就是这种毒素的来源。	最初见于金枪鱼、竹荚鱼、鲭鱼、飞鱼、团鱼和鳀鱼；也见于鲱鱼、旗鱼和沙丁鱼。	烹制并不能消除毒素。应从经批准的供货商处购买产品。
贝类毒素	以某些含有毒素海藻为食物的贝类	贝类，特别是贻贝、蛤、扇贝。	烹制并不能消除毒素。应从经批准的供货商处购买产品。
全身性（内吸性）鱼毒	自然存在于某些种类鱼体内	河豚、海鳗、某些淡水鲤鱼。	烹制并不能消除毒素。应从经批准的供货商处购买产品。
植物毒素	自然存在于某些种类的植物中	有毒植物或植物的有毒部分，如蚕豆、大黄叶。	烹制并不能消除毒素。
真菌毒素	自然存在于某些种类的真菌	各种有毒的蘑菇及其它真菌	烹制并不能消除毒素。应从经批准的供货商处购买野生蘑菇。

化学性危险

化学性的危险也会导致食物性中毒。最常见的化学性危险是有毒金属、化学药品和杀虫剂。

会污染食物的常见化学毒素

化学毒素	来源	相关的食物	预防
有毒金属	使用含有潜在毒素的金属例如铅、青铜、黄铜、锌、镉、镉和/或镀锌的金属器具。	所有食物，但主要是强酸性食物，如番茄、泡菜、柑橘类食物。强酸性食物中的酸会使这些有毒金属溶解。 用来做碳酸饮料的苏打水是酸性的，会使供水管道、容器的青铜溶解。	只使用食品级的器具和设备。 <ul style="list-style-type: none">• 绝不使用搪瓷器具。• 绝不使用由存在潜在毒素的金属制造出的器具和设备。• 用控制单向流动的设备来防止苏打水回流进铜的水管中。
化学药品	清洁剂、光亮剂、润滑剂和消毒剂。	任何没有正确储存或处理的食物都可能被化学药品污染。	<ul style="list-style-type: none">• 按造厂商的说明来使用和储存。• 把化学药品存放在远离食物、器具、食品加工设备的地方。• 用来分发化学药品的工具不能再用来接触食物。• 如果化学药品转移到别的容器或喷雾瓶内，必须有清楚的标识跟随。• 厨房设备和器具只能使用食品级的润滑剂或润滑油。
杀虫剂	用于食物处理和存放区控制昆虫、啮齿类动物的化学药品。	任何食物	<ul style="list-style-type: none">• 只有得到许可的专业人员才能使用杀虫剂。• 使用前覆盖或储藏好所有的食物。

物理性危险

物理性危险是指意外进入食物并引起伤害的因素。常见的物理性危险如下：

- 石块、金属碎片一会引起窒息、牙齿破损、划伤和感染；可能需要做手术取出；这些物品来源于田野、建筑物、机器、金属丝和员工。
- 绝缘材料一会引起窒息；如果是石棉，窒息时间会很长；这类物品来源于建筑材料。
- 骨头一会引起窒息和外伤；骨头来源于地上或是不当的处理过程。
- 塑料一会引起窒息、划伤和感染；甚至需要做手术；这类物品来源于地上、包装材料、货盘和员工。
- 私人物品一会引起窒息、划伤、牙齿破损；有时需要做手术；来源于工作人员的私人随身物品。

过敏源

食物过敏是身体错误地以为某种食物是有害的，并由此引起的一种免疫反应。一旦免疫系统认为某种特定的食物是有害的，就会对这种食物产生特殊的抗体。下一次再吃到这种食物时，免疫系统就会释放大量的化学物质来保护身体。这些化学物质引发一系列的过敏症状，这些症状会影响到呼吸系统、胃肠道、皮肤、或心血管系统。

科学家估计，有几百万美国人都受到食物过敏的困扰。目前，对食物过敏症还没有有效的治疗方法，唯一的对策是尽量避免。

虽然某个人可能会对某些食物过敏，但水果、蔬菜、肉并不是常见的过敏性食物。以下 8 种食物占了过敏性食物的 90% 以上：牛奶，鸡蛋，花生，树果（核桃、腰果等），鱼，贝类，豆类和麦类。

Prepared by:

Angela M. Fraser, Ph.D., Associate Professor/Food Safety Specialist
Department of Family and Consumer Sciences
NC State University, Raleigh, NC 27695-7605

The material in this fact sheet, unless otherwise identified, is based upon work supported by the Extension Service, U.S. Department of Agriculture, under special project number 00-51110-9724, the National Integrated Food Safety Initiative of the Integrated Research, Education, and Extension Competitive Grants Program. For more information, contact Dr. Angela Fraser at 919-515-9150 or at angela_fraser@ncsu.edu.

Employment and program opportunities are offered to all people regardless of race, color, national origin, sex, age, or disability through North Carolina State University, North Carolina A & T State University, U.S. Department of Agriculture, and local governments cooperating.