

沧源佤族自治县食品安全委员会办公室

沧源佤族自治县食品安全委员会办公室关于 2021 年预防食用野菜中毒预警公告

春季是野菜生长的旺季，香椿、白花、臭菜、刺头菜（树头菜）、车前草（癞蛤蟆叶）、苦凉菜、枇杷叶等陆续上市，而沧源自治县人民群众有食用野菜的习惯，野菜一旦采摘、食用不当，极易引起中毒，中毒重者或将危及生命安全，为避免食用野菜中毒事件的发生，保障人民群众身体健康和生命安全，沧源佤族自治县食品安全委员会办公室发布 2021 年预防食用野菜中毒预警公告如下。

一、不要盲目迷信野菜的“养生”、“药用”、“治疗”功效。有些野菜具有一定的药用价值或本身就是中药材，食用后会有类似药物的作用。野菜味虽美，食用需谨慎，所以应注重食物多样性和膳食平衡，不宜多吃或单一类型大量食用。比如：车前草（癞蛤蟆叶）食用过量可能引起抽搐，蒲公英、鱼腥草食用过量可能引起胃寒者胃痛，香椿含有亚硝酸盐具有一定毒性，不宜过量食用。

二、很多野菜具有毒性，并且容易混在可食用的野菜中。不

随意采食、出售、购买不熟悉或难以识别、来源不明、异味很重、已霉烂、生长在喷洒农药、施以化肥的地里的野菜。

三、不生食野菜，春季是虫卵复生的季节，野菜一定要清洗干净，采摘回来的野菜可用淡盐水浸泡清洗，烹饪时最好先把野菜进行焯水处理，再进行烹饪食用。

四、餐饮经营单位要严把野菜采购关，严格加工，留样备查。野菜生产经营者应严把原料关，严禁生产经营有毒有害来源不明的野菜，同时应保证原料新鲜安全，采用合理的贮藏条件、加工及烹调工艺。广大消费者应增强自我保护意识，首先查看餐馆资质，建议选择卫生条件好、设施设备齐全的餐馆。就餐时要注意分辨食物是否有异物、是否烧熟煮透。

五、各类学校食堂、集体食堂、农村自办宴席、大型会议等群体聚餐禁止加工烹饪食用野菜，防止引发群体性食物中毒事件。

六、食用野菜后如果出现皮肤瘙痒、过敏、头昏、胸闷、恶心、呕吐、腹胀、腹泻、口唇发麻、烦躁不安、幻觉等症状，应及早到附近医院就诊，并尽量保留剩余食物以便核查中毒原因。

食用野菜中毒后可以立即采取以下方法：

（1）如意识清醒，可让病人饮浓茶或微温开水，然后用筷子刺激咽喉部，促使呕吐。如此喝水、吐出，反复多次。

（2）呕吐、腹泻严重者，要多饮水并补充电解质。（药店出售的腹泻的口服补盐液即可）

(3) 在自行救治的同时以最快的速度送病人到医院抢救，避免耽误最佳治疗时间。

消费者如果是在外就餐食用野菜后出现中毒症状，应尽快就医，除保留病历和化验报告等相关资料外，还应及时拨打市场监管部门投诉举报电话 12315、7122315。医疗机构要做好食物中毒应急救治的各项准备工作，在积极抢救中毒病人的同时，应及时向卫生健康部门和市场监管部门报告，卫生健康部门和市场监管部门要及时报告食品安全委员会办公室。

七、坚持食品安全党政同责和属地管理责任，各级各部门要加大日常监管力度，发现违法违规行为，立即严肃查处。卫生健康部门要开通“绿色通道”，做好中毒救治的人员、物资等保障工作，及时救治病人。各级各部门要做好食品安全事故应急防范，加强中毒事件的监测、报告与处置，及时处理各类食品安全投诉举报案件，加强信息沟通与协作，广泛宣传预防野菜中毒知识，严防食物中毒事故发生，确保人民群众饮食安全。

沧源佤族自治县食品安全委员会办公室

2021年3月26日

