|  |
| --- |
| **关于预防亚硝酸盐中毒的消费警示** |
|  |
| |  |  | | --- | --- | | 下载 打印 | [分享到新浪微博](http://v.t.sina.com.cn/share/share.php?title=%E5%85%B3%E4%BA%8E%E9%A2%84%E9%98%B2%E4%BA%9A%E7%A1%9D%E9%85%B8%E7%9B%90%E4%B8%AD%E6%AF%92%E7%9A%84%E6%B6%88%E8%B4%B9%E8%AD%A6%E7%A4%BA&url=http%3A%2F%2Fwww.sda.gov.cn%2FWS01%2FCL1680%2F167965.html)[分享到腾讯微博](http://share.v.t.qq.com/index.php?c=share&a=index&title=%E5%85%B3%E4%BA%8E%E9%A2%84%E9%98%B2%E4%BA%9A%E7%A1%9D%E9%85%B8%E7%9B%90%E4%B8%AD%E6%AF%92%E7%9A%84%E6%B6%88%E8%B4%B9%E8%AD%A6%E7%A4%BA&url=http%3A%2F%2Fwww.sda.gov.cn%2FWS01%2FCL1680%2F167965.html)[分享到QQ空间](http://sns.qzone.qq.com/cgi-bin/qzshare/cgi_qzshare_onekey?url=http%3A%2F%2Fwww.sda.gov.cn%2FWS01%2FCL1680%2F167965.html&title=%E5%85%B3%E4%BA%8E%E9%A2%84%E9%98%B2%E4%BA%9A%E7%A1%9D%E9%85%B8%E7%9B%90%E4%B8%AD%E6%AF%92%E7%9A%84%E6%B6%88%E8%B4%B9%E8%AD%A6%E7%A4%BA&api_key=)[分享到微信](http://www.sda.gov.cn/WS01/wbppcss/ewm.html?url=http%3A%2F%2Fwww.sda.gov.cn%2FWS01%2FCL1680%2F167965.html&title=%E5%85%B3%E4%BA%8E%E9%A2%84%E9%98%B2%E4%BA%9A%E7%A1%9D%E9%85%B8%E7%9B%90%E4%B8%AD%E6%AF%92%E7%9A%84%E6%B6%88%E8%B4%B9%E8%AD%A6%E7%A4%BA) | |
| 2016年12月26日 发布 |
|  |
| 近期，四川省巴中市发生了一起因误用亚硝酸盐引起的农村自办群体性宴席食物中毒事件，应引起广大公众警惕。  **一、什么是亚硝酸盐**  　　亚硝酸盐是自然界中普遍存在的一类含氮无机化合物，可作为食品添加剂应用于肉制品中。常见的亚硝酸盐主要有亚硝酸钠和亚硝酸钾，其外观与食盐类似，呈白色至淡黄色，粉末或颗粒状，无臭，味微咸，易潮解和溶于水。 　　正常饮食情况下，人体中的亚硝酸盐主要是食物和饮水中的硝酸盐在口腔及胃中细菌的作用下转化而来。研究表明，亚硝酸盐可以通过一定途径被还原为一氧化氮。摄入含有低水平亚硝酸盐的食物可补充人体内的亚硝酸盐。  **二、亚硝酸盐在食品中使用的规定**  　　我国食品安全国家标准对亚硝酸盐的使用和安全管理有着严格要求，按照标准规定使用亚硝酸盐是安全的。国标规定亚硝酸钠、亚硝酸钾可作为护色剂、防腐剂在腌腊肉制品、酱卤肉制品和熏、烧、烤肉等加工中使用，并规定了最大使用量和最大残留量。餐饮服务提供者应当遵守《关于禁止餐饮服务单位采购、贮存、使用食品添加剂亚硝酸盐的公告》（卫生部公告2012年第10号）规定：禁止采购、贮存、使用食品添加剂亚硝酸盐（亚硝酸钠、亚硝酸钾）。  **三、人体过量摄入亚硝酸盐的危害**  　　如果短时间内经口摄入（误食或超量摄入）较大量的亚硝酸盐，则容易引起急性中毒，使血液中具有正常携氧能力的低铁血红蛋白氧化成高铁血红蛋白，失去携氧能力，造成组织缺氧，称为高铁血红蛋白血症。 　　当摄入量达到0.2-0.5g时可导致中毒，摄入量超过3g时可致人死亡。 　　中毒的特征性表现为紫绀，症状体征有头痛、头晕、乏力、胸闷、气短、心悸、恶心、呕吐、腹痛、腹泻，口唇、指甲及全身皮肤、黏膜紫绀等。严重者意识朦胧、烦躁不安、昏迷、呼吸衰竭直至死亡。  **四、常见的亚硝酸盐致食物中毒的原因**  　　常见的亚硝酸盐致食物中毒的原因有四类。一是由于亚硝酸盐在外观上与食盐相似，误将亚硝酸盐当作食盐使用或食用，是引起中毒的主要原因。二是由于我国很多地区有家庭自制加工肉制品的习惯，如果食用含亚硝酸盐过量的肉制品也会引起食物中毒。三是贮存过久、腐烂或煮熟后放置过久及刚腌渍不久的蔬菜中亚硝酸盐的含量会有所增加，该情况下食用容易导致中毒。四是个别地区的井水含硝酸盐较多（称为“苦井水”），用这种水煮的饭如存放过久，硝酸盐在细菌作用下可被还原成亚硝酸盐而导致中毒。  **五、消费建议**  　　消费者要购买正规渠道销售的食盐。要注意食用新鲜蔬菜，不食用存放过久或变质的蔬菜。吃剩的熟菜不可在高温下存放过久，饭菜最好现做现吃。尽量不用“苦井水”煮饭，不得不用时，应避免长时间存放。此外，在食用加工肉制品、咸菜等食品时，可搭配富含维生素C、茶多酚等成分的食物，以降低可能含有的亚硝酸盐的毒性。 |