# 个人怎样预防食物中毒

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-07-31

*第一篇：个人怎样预防食物中毒个人怎样预防食物中毒1、饭前便后要洗手；2、煮熟后放置2小时以上的食品，重新加热到70℃以上再食用；3、瓜果洗净并去除外皮后才食用；4、不购食来路不明和超过保质期的食品；5、不购食无卫生许可证和营业执照的小店或...*

**第一篇：个人怎样预防食物中毒**

个人怎样预防食物中毒

1、饭前便后要洗手；

2、煮熟后放置2小时以上的食品，重新加热到70℃以上再食用；

3、瓜果洗净并去除外皮后才食用；

4、不购食来路不明和超过保质期的食品；

5、不购食无卫生许可证和营业执照的小店或路边摊点上的食品；

6、不吃已确认变质或怀疑可能变了质的食品；

7、不吃明知添加了防腐剂或色素而又不能肯定其添加量是否符合食品卫生安全标准的食品。

溺水急救常识

溺水现场急救至关重要，应争分夺秒。

1.迅速将溺水者拖离溺水现场；

2、清除口、鼻异物，保持呼吸畅通；

3、溺水者头低位拍打背部，使进入呼吸道和肺中的水流出(注意时间不要长)；

4、如有呼吸抑制，迅速行人工呼吸；

5、如有心跳停止，立即行胸外心脏挤压；

6、换上干的衣服、注意保暖；

7、尽快转送医院。

道路交通安全常识

1． 指挥灯信号：

（1）绿灯亮时，准许车辆、行人通过，但拐变的车辆要避让直行的车辆和被放行的行 人通过；

（2）黄灯亮时，禁止车辆、行人通行，但已超通停车线的车辆和已进入人行横道的行 人可以继续通行，但要服从警察的手势，确保安全；

（3）红灯亮时，不准车辆、行人通行

（4）绿灯亮时，准许车辆按箭头所示方向通行；

（5）黄灯闪烁时，车辆、行人须在确保安全的原则下通行。

2． 人行横道信号灯：

（1）绿灯亮时，准许行人通过人行横道；

（2）绿灯闪烁时，不准行人进入人行横道，但已进入人行横道的，可以继续通行；

（3）红灯亮时，不准行人进入人行横道。

3． 行人必须遵守下列规定：

（1）穿越马路，须在人行横道内行走，遵守信号的规定。没有人行横道的，须直行通过。不准在车辆临近时突然横穿；

（2）有人行过街天桥或地道的，须走天桥或地道；

（3）通过没有交通信号控制的人行横道，须注意车辆，不准追渐、猛跑；

（4）不准跨越、倚坐路边护栏；

（5）不准在道路上扒车、追车、强行拦车或抛物击车。

4． 乘车人必须遵守下列交通规则：

（1）依次候车，待车停稳，先下后上；（2）不准在行车道上招呼出粗汽车；

（3）不准携带易燃、易爆等危险品乘坐公共汽车、火车等；

（4）在机动车行驶中，不准站立、手伸出车外和跳车，手应抓牢车上固定的物体或安全带。

**第二篇：怎样预防食物中毒**

怎样预防食物中毒

1、加强从业人员的健康管理。

2、从正规渠道采购，选择新鲜、安全的食品和食品原料，做好索证索票工作。

3、严格验收，妥善贮存食品。食品贮存生、熟食品分开存放，新鲜食物和剩余食物不要混放。提前做好的食品和需要保存的剩余食品存放在高于60摄氏度或低于10摄氏度的条件下。

4、严格按标准操作流程进行操作，保证食品清洁，避免交叉污染，烧透煮熟。

5、烹调后的食品应在2小时内食用。

6、保持厨房环境和设备、设施运转正常，做好餐具、用具的消毒和清洁卫生。

7、经冷藏保存的熟食和剩余食品及外购的熟肉制品食用前应彻底加热。食物中心温度须达到70摄氏度，并至少维持2分钟。

8、做好从业人员的食品安全培训工作。

9、建立严格的规章制度。

10、落实岗位责任，严格检查，赏罚严明将制度执行到位。

**第三篇：怎样预防食物中毒教案**

《怎样预防食物中毒》教案

熊村中心小学 吴晋妹

教材分析

本节课是华文出版社出版的五年级《我的安全我知道》一书中，第二章第5课《怎样预防食物中毒》。其主要内容是：先以教师食物中毒为案例，引出重视食品安全的必要性，最后对怎样预防食品中毒的几个基本方面详细讲解列举。旨在让学生加强卫生和饮食常识学习，形成良好的个人卫生和健康饮食习惯，提高自我保护能力。

学情分析

五年级学生的个性正处于逐渐形成，并追求独立的阶段，他们对周围事物仍然充满好奇，以至急于探索和体验，却往往忽视了自身的安全。特别对于与之生命息息相关的食品安全问题，学生们在生活中缺乏认知，更别说食品中毒问题。因而，对他们进行怎样预防食物中毒知识教育，就显得尤为重要。

一、教学目标

1、知识目标：通过真实案例分析讨论，学生能明白食物中毒的危害，以及掌握怎样预防食物中毒的基本知识。

2、能力目标：通过课堂中实物展示和情景剧表演留下的深刻印象，学生能将怎样预防食物中毒运用生活实践。

3、情感目标：学生能提高食品安全意识。

二、三、教学重难点 教学方法 掌握分辨中毒食品的基本常识，懂得如何预防食品中毒，并能将所学知识运用到生活中去。

1、情景教学法：教学过程中有目的地引入一些多媒体画面，形成表象，让学生如闻其声，如见其人。

2、提问启发法：教师有针对性地及时提出与课题相关的问题，启发学生主动思考。

3、讨论分析法：让学生与学生之间进行讨论交流，增强学生自主学习能力。

4、情境教学法：情景剧的表演帮助学生理解教材，并使学生的心理机能得到发展。

四、五、教学准备 教学过程 变质过期的包装笋干、多种安全食品和不安全食品、食物中毒真实案例

（一）案例导入，激发兴趣

1、教师拿出一包有明显腐败过期的笋干，诱导性地提出问题：“今年吃早饭时，老师从冰箱里拿了一包笋干准备下饭。可是，后来我却没有吃，你们能猜出是什么原因吗？”

2、学生自己说出此笋干不能吃，吃后会导致身体各方面的不适，甚至导致中毒。

3、顺势揭示主题：“对了，食品安全有了问题，我们的生活质量就会大打折扣，生命健康就会收到严重威胁，这节课我们就来谈谈怎样预防食物中毒。”

（以自身相关的生活事件为案例，既给学生一种亲切感，又可以激发学生的学习兴趣。）

（二）交流讨论，课题深入

1、“在生活中你们是否也听到，看到甚至亲身经历国类似这样由于使用了不当的食物而影响身体健康，甚至进发为食物中毒的情况呢？他们都是因为什么原因引起的？有什么症状呢？”教师提出问题，学生集体交流课前搜集，调查食物中毒的案例。之后教师也播放自己收集的食物中毒真实案例、图片，与学生一同分享。

（强化学生对食品安全危害的意识，侧面反映预防食物中毒的重要。）

2、“既然食物中毒危害如此大，那我们是不是应该来预防食物中毒呢？让我们先来看看小芳是怎么做的吧。”播放有卡通形象的预防食物中毒视频，学生边观看边思考。

3、“大家说小芳她做的对不对？那预防食物中毒做到以上几点就够了吗？”学生进行预防食物中毒的讨论补充。

（卡通形象视频更吸引小学学生，效果也更直观深刻。问题转化强烈，更有助于学生自主思考和探索。）

4、学生讨论补充后，教师进行归纳总结。（课本第23-24页内容）

（三）、掌握方法，表演巩固

1、教师直接出示多种安全食品和不安全食品，让学生近距离观察，分析，掌握，辨别过期、变质、劣质、“三无“等一系列可能危害人体健康的食物。

2、“那么你们在生活中会时刻注重预防食品中毒吗？如果遇到不注意的亲戚朋友，你会怎么办呢？”即兴创设一个情景剧。学生表演，过程中教师适当给予指导。

（理论知识与生活实践相结合，切身感受预防食物的重要性，巩固和深化本课知识。）

（四）、升华主题，课题延伸

“大家对预防食物中毒的知识掌握地非常好。可是生活中的各种事情真是防不胜防，如果真的碰到有人不小心食物中毒了，你们要怎么做？”学生回答拨打120送医院治疗。（让学生在掌握预防食物中毒知识的同时，也要学会冷静处理食物中毒的事件。）

六、七、作业设计 板书设计

怎样预防食物中毒 将你学会预防食物中毒的方法，传授给伙伴或亲人

八、课后预测

《怎样预防食物中毒》这堂课，通过生活中真实的案例，向学生进行了生动形象的讲述，学生精力集中，记忆深刻。课件、图片、视频、食品食物的运用、情景剧表演的配合，吸引了学生的注意力，为他们进行了“预防食物中毒”的深刻教育，相信学生一定能够掌握预防食物中毒的知识，增强自我食品安全保护意识。

**第四篇：预防食物中毒**

《预防食物中毒》教案设计 涪城区金峰小学 江章富

【教学内容】地质版五年级上册《生活·生命与安全》第11课“预防食物中毒”P40---43。【设计意图】

近年来，中小学特大群体食物中毒事件时有发生。为此，教育部专门对各学校提出要求：牢固树立“健康第一”的指导思想，切实加强对学校食品卫生安全工作的指导，做好学校食物中毒事件防范工作。本课旨在让学生了解哪些东西容易引发食物中毒，并掌握预防食物中毒方法及中毒后应急处理常识。【教学目标】

1、认识了解食物中毒的种类和原因，提高鉴别能力；

2、学会预防食物中毒的常识和方法，学习处理食物中毒的简单方法；

3、养成科学的生活方式和良好的饮食习惯，增强食品安全意识。【教学重点】

1、预防食物中毒的方法；

2、食物中毒后的应急措施。【教学难点】

使学生养成良好的食品卫生习惯，防止食品卫生安全事故的发生。【教学准备】

有毒食物的图片或实物、案例视频。【课时安排】1课时。【教学过程】

一、了解食物中毒的案例、症状、后果

1、介绍了我国2024年发生的食物中毒事件。

2、利用卡通图介绍食物中毒后在医院处理的情形。

3、适当播放一些网络上报道过的一些食物中毒重大事件。

二、食物中毒的分类

1、细菌性食物中毒；

2、有毒动物、植物食物中毒；

3、化学性食物中毒。以上由教师点拨即可。

三、探究食物中毒的原因

（一）、分组讨论探究食物中毒的原因

引导学生结合教材P40-41的卡通图片和刚看的视频案例查找原因。

（二）、全班互动交流食物中毒的原因

1、食品加热不充分或未煮熟烧透；

文本预览：

2、本身具有毒性；

3、半成品放置时间太长；

4、误食混入农药的食品和有毒动植物食品；

5、生食未洗净的食品。

（三）、师生进一步归纳食物中毒的原因

1、本身具有毒性的食物引起的食物中毒；

2、农药残留引起的食物中毒；

3、加工不当或食物污染引起的食物中毒。教学时，教师可以先让学生想一想“哪些食物本身是具有毒性的”，„„从哪里了解到这些知识的”，归纳后组织学生讨论“除了食用本身具有毒性的食物以外，还有哪些其他原因会造成食物中毒”。根据学生的讨论内容，教师要适时引导学生回忆生活经验、视频直击、新闻报道等，在学生讲述的基础上将食物中毒的主要原因补充完整，并将原因分类列出。让学生分类思考：什么情况会导致农药残留、哪些不正确的加工方式、不正确的食物搭配会导致食物中毒等问题。

四、掌握预防食物中毒的方法

在学生了解食物中毒原因的基础上，引导学生学会搞好饮食卫生，预防食物中毒。师生共同归纳预防食物中毒的方法：

1、增强自我防范意识，提高对食入不洁或有毒食物严重危害性及可能性的认识。不在饮食卫生条件不好的餐馆、小吃店、摊点进食。

2、选购新鲜食品，食品加工过程中消除环境的污染（如砧板、刀具、碗筷乃至冰箱的清洁消毒）。

3、不食变质腐烂食物（如剩米饭、霉烂红薯、变味菜肴等）。

4、正确加工、食用食物，发芽的土豆应挖掉芽。豆浆、扁豆要煮熟，动物的甲状腺也要切掉，鱼虾等水产品不应生吃。

5、有些蔬菜水果受农药、化肥污染严重，所以在食用前，应用消毒水（食用型）浸泡一段时间后冲洗干净，食用水果最好去皮。

6、注意饮水卫生，喝开水，不喝生水（河水、沟塘水、井水、自来水）；不喝过期变质饮料。在教学这部分内容时，教师要引导学生对食物中毒的分类来进行针对性的思考，然后让学生讨论、交流预防的最好方法。

值得注意的是，有些学生提出的方法对预防食物中毒是没有明显作用的，如“有虫眼的蔬菜就是没有喷洒过农药的蔬菜”等。教师要小心甄别，不清楚的方法不要轻易给学生做肯定的答复，可以课后进行核实。

通过学生的讨论、交流，让学生明白平时在生活中要注意养成哪些好的饮食习惯，然后说说自己了解到的一些不好的习惯；可以说自己，也可以说别人。诵读《预防食物中毒安全教育歌》： 食物中毒在预防，功夫完全在日常。2

文本预览：

饭前便后要洗手，卫生习惯要优良。专人餐具专人用，饭后洗净袋内装。生吃蔬菜与瓜果，洗净削皮不能忘。夏天本是高发季，保持警惕别遗忘。熟食冷荤剩饭菜，海鲜冷拌需提防。不吃腐烂变质物，不食病死猪牛羊。饭菜吃前要热透，餐后烧开要贮藏。生熟食品要分开，生熟工具别混放。交叉感染手易脏，洗净才可少祸殃。生猛海鲜要适量，野生动物不轻尝。把好病从口入关，身体永远保健康。

五、明确食物中毒的应急措施

引导教育学生在发生食物中毒时不慌张，并提供一些简单的应急措施，主要目的是让学生能正确地处理自己或周围发生的食物中毒事件。教学时，可以充分利用学生的生活经验，让学生交流一下所了解的各种应急方法，然后在讨论的基础上进行归纳。在教学时，最好让学生知道每种方法在应对食物中毒时起到的作用，使学生能灵活应用。应急措施:

1、自我催吐。用手指或筷子按压、刺激舌根部，使之产生呕吐。

2、大量饮开水或茶水、糖盐水，以稀释毒物，促进毒物排泄。

3、食物中毒症状较重者，要及时送医院治疗。

4、对学生进行心理辅导。

六、课堂小结

引导学生谈谈心得体会，教师点拨。

七、布置作业

制作一份《预防食物中毒的手抄报》参加评比展览。

八、板书设计 预防食物中毒 分类 原因 预防 应急 【教学后记】

通过文字介绍、图片或食物、案例视频给学生生动形象的直观感，引导学生进行合作探究、互动交流，使学生进一步了解食物中毒的症状、后果和分类，追溯食物中毒的根本原因，从而采取有针对性的预防和应急措施。使每位学生加强食品卫生安全意识，以预防为主，防止食品安全卫生事故的发生。

背景:食物中毒是指人摄入了含有生物性、化学性有毒有害物质后或把有毒有害物质当作食物:摄入后所出现的非传染性的急性或亚急性疾病,属于食源性疾病的范畴。食物中毒不但严重危害人们的健康,而且造成大量经济损失。我国有较健全的食物中毒报告系统,但食品安全形势不容乐观,食物中毒事件屡有发生。近几年食物中毒事件呈不断上升趋势

**第五篇：怎样预防食物中毒与铅中毒（教案）**

怎样预防食物中毒与铅中毒(教案)

教学目标：

1.食物中毒的危害、含义及分类；

2.了解食物中毒的途径和杜绝食物中毒的方法；

3.铅中毒的来源、危害、症状及预防方法。

一．生活实例引入

1.师：今天早上起床时，我从冰箱里拿了一袋面包出来当早餐。可是，后来我却没有吃。你能猜是什么原因吗？请几位同学上来仔细看看，你发现问题了吗？（面包过期了）

2.师：吃过期的面包会怎样？会有哪些症状？（恶心、呕吐、腹泻、晕眩）

小结：饮食安全有了问题，我们的生活质量就会大打折扣，生命健康就会受到严重的威胁。这节课我们就一起来谈谈“怎样预防食物中毒”这个话题

板书课题：怎样预防食物中毒

二．食物中毒的危害、含义及分类

（一）了解事物中毒的危害

师：在生活中你们是否也听到、看到甚至亲身经历过类似这样由于使用了不当的食物而影响身体健康，进而引发更为严重后果的情况呢？

2.小组交流课前搜集、调查食物中毒的案例，分别以代表性的案例进行全班展示

小结：各地频频发生的食物中毒事件，真是令人触目惊心，不寒而

栗。所以，对于食品安全，我们千万不能掉以轻心。那究竟什么是食物中毒呢？

（二）理解食物中毒的含义

1.揭示食物中毒的概念：食物中毒，是由于吃了被细菌污染或含有毒素的食物引起的疾病的总称。

2.补充食物中毒的资料

课件：小小广播站

2024

年卫生部通过网络直报系统共收到全国食物中毒报告

431

起，中毒

13095

人，死亡

154

人，涉及

人以上的食物中毒

起。其中，学生食物中毒

146

起，中毒

4843

人，死亡

人。

学生食物中毒主要发生在学校食堂、学校周边的餐馆饭店和食品摊贩等场所，发生原因以食物污染或变质以及菜豆加热温度不够为主

读了以上的小资料，你有什么感想？

（三）了解食物中毒的分类

1.师：刚才，我们了解了食物中毒的含义，你能按照不同的致病病原再给它们分类吗？

2.按病源的不同，食物中毒可以分为四类：即细菌性食物中毒，有毒动、植物食物中毒，化学性食物中毒，真菌毒素食物中毒

三.警惕食物中毒

（一）了解食物中毒的途径

1.师：要防止食物中毒，我们必须首先知道什么样的食物吃了容易引起中毒，先说说你了解的吧。

补充：造成食物中毒的途径资料

天天提醒

天天提醒

引起食物中毒，最常见的有以下几种：

1.对腐烂变质严重的一切荤腥食品和蔬菜水果，未作消毒处理

2.忽视了包装，一些熟食和食物成品用旧书报纸、聚氯乙烯塑料袋等包装，结果污染了食物，而危害人体健康。

3.生、熟食品混放，使食品上的细菌、残留的农药、毒物污染了熟食

4.洗涤不干净。

5.喜欢烟、熏、炸、烤的食品，含有有毒物质，会诱发癌症

6.食品添加剂在许多饮料、食品中使用

7.忽视钱币、饭菜票等的污染。

8.忽视了病从口入，没有饭前便后洗手的习惯

小结：以上这些都可以引起食物中毒，轻则引起消化道不适，重则可引起急性肠胃炎，诱发癌症甚至殃及生命，所以我们一定要讲究食品卫生。

（二）杜绝食物中毒的方法

1师：为了防止食物中毒，我们不但要有防范的意识，不吃不卫生、不安全的食物。当情况发生时，还需要掌握必要的救治方法。你们了解吗？

补充：食物中毒的救治方法资料

小结：食物中毒作为整个社会的公共卫生问题，单靠我们个人提高警惕时远远不够的，需要社会共同来应对。我们国家已针对食品的安全、卫生问题出台了相关的法律，即《中华人民共和国食品安全法》

四.总结

总之，对于饮食安全，我们前往不可掉以轻心。食品安全关系着每个人，我们应当了解相关的常识，用科学知识指导我们讲课地生活。如果你想了解得更多，就到图书馆或者网上去浏览吧！

第二课时

一．真实个案，引入话题

1.?

师：前几天，我在家阅读杂志时，一个故事引起了我的注意。今天，我把它带来了，和大家一起分享。

课件：新闻回放

2024年6月23日，塞内加尔达喀尔地区的儿童发生不明原因的群体死亡病例之后，由卫生和环境当局作出的调查显示，由于铅电池的非正规回收利用，使得该地区遭受了铅污染。此外还发现，死亡儿童的兄弟姐妹和母亲的血铅浓度极高，很多都高于1000微克每升。

2.?

师：听了这个故事后，你有什么感受？你对“铅”有哪些了解？

铅是人类最早使用的六种金属之一，广泛应用于军事、化工、电子等部门，对科技进步起到了巨大的推动作用。另一方面它又是一种有毒的金属。在所有已知毒性物质中，书上记载最多的也是铅。但目前，许多人对铅中毒还缺乏主动、有效的防护措施。这节课，我们就来谈谈“怎样预防铅中毒”这个话题。（板书课题）

二．铅中毒的来源、危害

1.师：铅是人类文明史中最严重的环境污染物之一，“铅毒”这个名词慢慢的进入我们的视野。它广泛的存在于我们周围，你知道哪里存在铅污染，有可能会导致铅中毒吗？

2.补充铅中毒来源、危害的资料

小小知识窗

铅中毒的来源、危害

蜡笔及水彩笔：用蜡笔水彩笔画画之后不洗手或者洗手不干净，就会把铅吃进肚子里。

质量不过关的铅笔及彩皮书：

含铅量高的食物：松花蛋、薯片、爆米花、罐头等，近海的海产品，受到环境的污染含铅量也较高。

预防铅中毒的方法

安全家装：一定严格控制室内装饰材料的质量，注意装饰设计，不要为了片面强调设计结果，使用大量的人造板和颜色漆；新装修的住宅最好在有效通风换气3个月后入住。

健康饮食：不吃或少吃含铅量高的食物，注意平时平衡饮食，保证儿童的日常膳食中含有足够量的钙、铁、锌及维生素等

养成良好的卫生习惯：常剪指甲、勤洗手，特别注意在进食前一定要洗手

本节教学主要是通过多媒体课件的辅助，引导学生通过小组合作的方式完成教学活动。培养学生通过合作交流、相互置疑、讨论分析，从而达到知识、能力和情感的三维目标。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！