食品安全科普知识点

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **主要内容** | **核心内容** | **基本知识点** |
| 食品安全基本知识 | 食品安全 | 1.食品安全的概念：食品安全是指食品(食物)的种植、养殖、加工、包装、储藏、运输、销售、消费等活动符合国家强制标准和要求，不存在可能损害或威胁人体健康的有毒有害物质以导致消费者病亡或者危及消费者及其后代的隐患。2.餐饮服务提供者应当制定食品安全事故处置方案，定期检查各项食品安全防范措施的落实情况，及时消除食品安全事故隐患。 |
|  | 食品安全风险 | 1.食品安全风险分析框架(包括风险评估、风险管理、风险交流)。2.风险管理目标是将风险降低到可接受的程度。3.食品安全危害：食品中所含有的对[健康](https://baike.so.com/doc/5376905-5613032.html)有潜在不良影响的[生物](https://baike.so.com/doc/5386765-5623238.html)、化学或物理的因素或食品存在的状况。食品安全危害包括过敏原。“危害”和“风险”不能混淆。 |
|  | 食品安全与健康 | 1.食品中的三类危害因素(生物性、化学性、物理性)及其可能来源。2.《食品安全法》规定，禁止将剧毒、高毒农药用于蔬菜、瓜果、茶叶和中草药材等国家规定的农作物。3.黄曲霉毒素是引起人类原发性肝癌的重要因素，其主要污染食品是花生及其制品、玉米及其制品。 |
|  | 食源性疾病 | 1.食品的交叉污染是指通过生的食品、食品加工者、食品加工环境或工具把生物的、化学的污染物转移到食品的过程。2.金黄色葡萄球菌是一种常见的食源性致病菌，在自然界中无处不在，常见于皮肤表面及上呼吸道，其产生的肠毒素是引起食源性疾病的主要原因。3.单核细胞增生李斯特菌是一个在4℃下仍然能生长繁殖的常见食源性致病菌，所以食用未加热的冷藏食品会增加发生食物中毒的风险。4.食源性疾病概念：食源性疾病是指通过摄食而进入人体的[有毒有害物质](https://baike.baidu.com/item/%E6%9C%89%E6%AF%92%E6%9C%89%E5%AE%B3%E7%89%A9%E8%B4%A8/3444771)（包括生物性病原体）等致病因子所造成的疾病。包括常见的[食物中毒](https://baike.baidu.com/item/%E9%A3%9F%E7%89%A9%E4%B8%AD%E6%AF%92/1020625)、[肠道传染病](https://baike.baidu.com/item/%E8%82%A0%E9%81%93%E4%BC%A0%E6%9F%93%E7%97%85/5781658)、[人畜共患传染病](https://baike.baidu.com/item/%E4%BA%BA%E7%95%9C%E5%85%B1%E6%82%A3%E4%BC%A0%E6%9F%93%E7%97%85/9147502)、寄生虫病以及化学性[有毒有害物质](https://baike.baidu.com/item/%E6%9C%89%E6%AF%92%E6%9C%89%E5%AE%B3%E7%89%A9%E8%B4%A8/3444771)所引起的疾病。5. 鲜黄花菜含有天然毒素秋水仙碱。6. 食物中毒的特点是潜伏期短，突然性、集体性爆发，多数表现为肠胃炎的症状，并和食用某种食物有明显关系。食物中毒发生时急救处理措施正确的是：催吐、洗胃；及时就医；禁止再食用可疑食物。 |
|  | 食品安全标准 | 1.《中华人民共和国食品安全法》是从2015年10月1日起施行。 2.《中华人民共和国食品安全法》包括十章共一百五十四条。3.食品安全国家标准是强制性标准。 |
|  | 食品添加剂 | 1.零添加或者纯天然食品不一定是安全食品。2.严禁在馒头、包子等小麦粉及其制品中使用硫酸铝钾和硫酸铝铵（含铝添加剂）。3.学校食堂严禁采购，储存，使用亚硝酸盐。4.《GB2760-2014食品添加剂使用标准》中食品添加剂按功能类别划分为22个大类。5.我国食品添加剂的中国编码系统是CNS。 |
|  | 食品产业链 | 1.合格食品是生产出来的；2.食品生产经营者是食品安全的责任主体。3.餐饮服务单位区域内不可以圈养和宰杀活体动物。 |
|  | 平衡膳食 | 1.中国居民膳食指南提倡每天摄入适量的粗粮。2.我国居民补钙的主要食物来源应是奶制品，豆制品等。3.橄榄油的营养价值非常丰富，富含单不饱和脂肪酸。4.有些人喝奶致腹胀、腹泻，主要原因是机体缺乏乳糖酶。5.保证绿叶蔬菜的供给，能促进体内合成的物质是维生素A。6.扁豆中含有植物红细胞凝集素，食用未熟的扁豆后会出现恶心、呕吐、腹泻、腹痛等症状。7.食物的常见分类（谷类，蔬菜和水果类，鱼、禽、肉、蛋类，奶类和豆类，油脂类等）。8.科学饮食的习惯、健康饮食观念（如保证食物多样、多吃果蔬、控制脂肪等）。9.《中国居民膳食指南（2016）》要求：食物多样，谷类为主；吃动平衡，健康体重；多吃蔬果、奶类、大豆；适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉；少盐少油，控糖限酒；杜绝浪费，兴新食尚。10.人体所需的七大营养元素是脂肪、蛋白质、碳水化合物、维生素、矿物质、水和膳食纤维。11. 合理营养指均衡的摄入各类食物，比例适当，搭配合理。12. 谷类和薯类及杂豆食物位居底层。13.内脏是肉类食品中含胆固醇最高的部位。 |
| 食品产业链与食品安全 | 农业生产与食品安全 | 1.兽药残留指畜禽等动物用药后，蓄积或贮存在动物细胞、组织和器官内的药物原形、代谢产物以及杂质。DDT不属于兽药。2.绿色食品是指遵守可持续发展原则，按照特定生产方式生产，经专门机构认定，许可使用绿色食品标志的，无污染的安全、优质、营养类食品。3.绿色食品产品编号用于绿色食品证书，形式为LB-XX-XX XX XX XXXX A，其含义按顺序是:“绿标”汉语拼音缩写、产品分类、批准年度、批准月份、省份(国别)、当年序号、产品级别。4. AA级绿色食品的标志。5. 食用农产品的质量安全管理，应当遵守农产品质量安全法。 |
|  | 食品加工与食品安全 | 1.基本的食品加工过程（食品的分离、干燥、蒸馏、发酵、速冻、调配等加工方法）。2.烤面包中损失最大的营养素是维生素B1。3.常见的食品包装材料（纸品、塑料制品、金属制品、橡胶制品等）。4.食品企业食品安全控制体系（食品危害分析与关键控制点体系、国际标准ISO9000、通用卫生规范等）。4.凉菜专间内应当由专人加工制作，非操作人员不得擅自进入专间。在配置凉菜的专间内不可以从事与凉菜加工无关的活动。5.食品加工过程中成品与半成品不可以混合存放。6.预包装食品是指预先定量包装或者制作在包装材料和容器中的食品，包括预先定量包装以及预先定量制作在包装材料和容器中，并且在一定量限范围内具有统一的质量或体积标识的食品。7.《GB 7718-2011 预包装食品标签通则》于2011年4月20日公布，自2012年4月20日正式实施。8.加碘食盐属于强制标示营养标签的预包装食品。9.营养成分表的基本要素包括表头（即“营养成分表”）、营养成分名称、含量（包括数值和表达单位）、NRV%，和方框。10.食品配料含有或生产过程中使用了氢化和（或）部分氢化油脂时， 在营养成分表中还应标示出反式脂肪酸的含量。11.食品广告的内容应当真实合法，不得含有虚假、夸大的内容，也不可以涉及疾病预防、治疗功能。12.餐饮加工区的排水沟流向应由高清洁操作区流向低清洁操作区，并有防止污水逆流的设计（最常用的设计就是排水沟有一定的坡度）。13.洗刷餐具应有专用水池，不得与清洗蔬菜、肉类等其他水池混用。14.预包装食物标签上标有“高钙”的字样，该声称属于含量声称。15. 预包装食品的标签要求：应符合法律法规的规定，并符合相应食品安全标准的规定；应通俗易懂，有科学依据，不得标示封建迷信、色情、贬低其他食品或违背营养科学常识的内容；不应标注或暗示具有预防或治疗疾病作用的内容，非保健食品不得明示或暗示具有保健作用。16.我国食品营养标签上的核心营养素种类包括能量，蛋白质，脂肪，碳水化合物，钠。17.良好操作规范的英文缩写是GMP。18.食品冷冻是指将食品或原料置于冰点温度以下，以保持冰冻状态的贮存过程，冷冻温度的范围宜低于-12℃。19.油炸烹调方式容易产生致癌物质。如高温油炸的薯片，可能产生丙烯酰胺，对健康不利。 |
|  | 食品流通与食品安全 | 1.食品经营者采购食品，应当查验供货者的许可证和食品合格的证明文件。2.留样食品应按品种分别盛放于清洗消毒后的密闭专用容器内，在冷藏条件下存放48小时以上，每个品种留样量不少于125g。3.长期冷藏的食品应定期检查质量，注意有无脂肪酸败迹象，尤其是鱼、肉脂肪变黄，应及时处理。4.经过化冻的鱼肉类，不可以反复冷冻。5.进口的预包装食品、食品添加剂应当有中文标签；依法应当有说明书的，还应当有中文说明书。标签、说明书应当符合食品安全法以及我国其他有关法律、行政法规的规定和食品安全国家标准的要求，并载明食品的原产地以及境内的名称、地址、联系方式。 |
|  | 食品消费与食品安全 | 1.预防食源性疾病的五大要点（保持清洁、生熟分开、完全煮熟、安全存放和材料安全）。2.清洁与消毒的区别是，前者是清除可见的有害物，后者是清除不可见的有害物。3.剩饭菜放进冰箱后，正确的处理方法是剩饭菜无感官性状异常的前提下须彻底再加热并尽快食用。 |
| 食品安全监管 |  | 1.食品生产经营者应当依照法律、法规和食品安全标准从事生产经营活动，建立健全食品安全管理制度，采取有效管理措施保证食品安全。2.餐饮服务提供者在发生食品安全事故时，应立即采取相应的控制措施，并按《餐饮服务食品安全监督管理办法》有关规定及时报告有关部门。3.发生食品安全事故的单位对导致或可能导致食品安全事故的食品及原料、工具、设备等，应立即采取封存等控制措施，并自事故发生起2小时内向所在地县级人民政府卫生行政部门报告。4.餐饮服务食物中毒现场调查的重点：调查可疑食物的存放条件及加工方法；勘查可疑食品的加工场所；检查可疑食物的加工设备及工用具。5.生产经营的食品、食品添加剂的标签、说明书存在瑕疵但不影响食品安全且不会对消费者造成误导的，由县级以上人民政府食品药品监督管理部门责令改正；拒不改正的，处二千元以下罚款。6.关于加强餐饮服务环节禁用亚硝酸盐监管工作的通知是2012年7月12日发布的。7.国家市场监督管理部门对餐饮服务活动进行监督管理的部门。8.餐饮服务提供者取得的《餐饮服务许可证》，不得转让、涂改、出借、倒卖、出租。9.对餐饮服务人员来说，不允许穿戴工作服走出工作区。10.为防止鼠类侵入，食品生产经营单位设置的金属隔栅或网罩，其网眼孔径应该小于6mm。11.食品生产经营人员在进行健康检查，取得健康证以后，还需再进行健康检查。12.餐饮具和工用具的消毒方法应首选热力消毒法。使用化学消毒法消毒餐具时，配好的消毒液一般每4小时更换一次。13.餐饮服务从业人员上岗时不得涂抹指甲油。14.根据国家有关规定，食品摊贩不属于餐饮服务许可的范围。15.凉菜专间每餐(或每次)使用前应进行空气和操作台消毒。16.餐饮业卫生量化分级管理A、B、C、D级的含义是 A、B、C、D级代表餐馆卫生等级，A级代表卫生优秀，B级代表卫生规范，C级代表卫生基本合格，D级代表存在一定卫生问题，需要限期改进。17.餐饮服务提供者应在就餐场所醒目位置公示食品安全投诉举报电话。18.从事接触直接入口食品工作的人员患有痢疾、伤寒、甲型病毒性肝炎、戊型病毒性肝炎等消化道传染病以及患有活动性肺结核、化脓性或者渗出性皮肤病等有碍食品安全的疾病时，食品生产经营者应当将其调整到其他不影响食品安全的工作岗位。19.食品生产经营者应当依照《食品安全法》的规定，建立食品安全追溯体系，保证食品可追溯。20.食品安全风险监测工作人员有权进入相关食用农产品种植养殖、食品生产经营场所采集样品、收集相关数据。采集样品应当按照市场价格支付费用。21.关于“地沟油”综合治理，提出的政策措施包括：强化企业主体责任；培育无害化处理和资源化利用企业；完善配套措施和技术手段。 |
| 食品安全的自我保护 | 学校食品安全事件 | 1.把生食品和熟食品混放在一起，会产生交叉污染，食用被污染的熟食后容易造成食物中毒。2.学校食堂留样应由专人管理留样食品、记录留样情况，记录内容包括留样食品名称、留样时间（月、日、时）、留样人员等。 |
|  | 食品安全消费 | 食品的购买安全及食用安全1.微波炉加热食品时一定要选用微波炉适用的餐具盛放食品，下列可用于微波炉加热的餐具是代号为5（聚丙烯）的塑料制品餐具。2.农药残留是指农药施用后，残存于生物体、农副产品和环境中的微量农药原体、有毒代谢物、分解物和杂质等。适宜去除蔬菜水果农药残留方法包括：浸泡洗涤，漂烫处理，去皮。 |
|  | 投诉举报 | 任何单位和个人有权向政府职能部门投诉、举报食品生产经营中的违法行为，报告发现的不安全食品。 |
|  | 获取食品安全相关信息的途径 | 政府机构、专业学会、专业媒体、其他途径 |
| 其他 |  | 1.洗手是个人卫生的最重要一项，宁多勿少。2.造成伤害人数超过100人或出现死亡病例的是特别较大食品安全事故（III级）。3.合理烹饪的措施有合理洗涤、科学切配、沸水烫料、上浆挂糊、勾芡保护、适当加醋、旺火速成。4.常见的食品灭菌或抑菌方法有：添加防腐剂；煮沸法；低温法。5.大蒜形成大蒜素的最好加工方法是捣碎成泥且放置10～15分钟。6.保温存放的膳食，应该在食用前一直保持在60℃以上。7.裱花蛋糕应该在专间内进行操作。 |