6월 영양교육

영양교육 25-04

식중독 바로 알기!

☐ 식중독이란?

자연독이나 유해한 세균 및 화학물질이 포함된 식품의 섭취로 인해 생기는 급성 또는 만성적인 질환을 말합니다.

☐ 식중독의 주요 증상

복통 **설사**

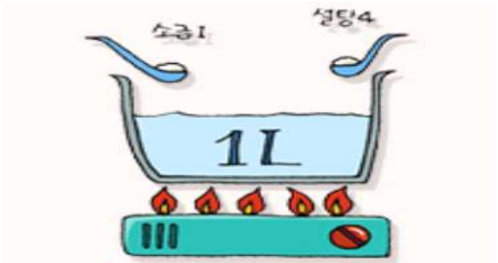
구토 **발열**

가정에서 할 수 있는 식중독 응급처치

음식 대신 수분을 충분히 섭취해요.

이온음료를 마셔요.

끓인 물 1L에 설탕4, 소금1 숟가락을 타서 마셔요.



지사제나 항구토제를 함부로 먹지 않아요.

설사가 줄어들면 미음이나 쌀죽을 섭취해요

혈변, 심한 탈수, 교열, 설사 시에는 병원을 방문해요

[출처] 식품안전나라, 식품의약품안전처, 학교급식 정보마당