

# 預防食品中毒 5要 2不 原則



## 1 要洗手

調理時手部要清潔，傷口要包紮。



## 2 要新鮮

食材要新鮮，用水要衛生。



## 3 要生熟食分開

生熟食器具應分開，避免交叉污染。



## 4 要澈底加熱

食品中心溫度應超過 70°C。



## 5 要注意保存溫度

保存低於 7°C，室溫下不宜久置。

## “綠褶菇

*Chlorophyllum molybdites*

綠褶菇又稱綠孢環柄菇，屬蘑菇科青褶傘屬的一種真菌，分布於低海拔闊葉樹林地、草地或農地，在臺灣平原地區相當普遍，菌柄上有菌環且菌褶上之孢子於成熟時會變成綠色故稱綠褶菇，有毒，為不可食用之菇類。

*Chlorophyllum molybdites*  
綠褶菇



不生飲山泉水



不食用不明  
的動植物



衛生福利部食品藥物管理署  
FDA Food and Drug Administration



衛生福利部食品藥物管理署  
115-61 台北市南港區昆陽街 161-2 號  
電話：(02)2787-8000  
諮詢服務專線：(02)2787-8200

(防治食品中毒專區)

# 綠褶菇

V.S

# 雞肉絲菇

一次分清楚!

不可食用 ← 綠褶菇

雞肉絲菇 → 可食用

**注意!**



## 認識綠褶菇

綠褶菇在臺灣平原地區廣泛分布，型株和可食用的雞肉絲菇相似，惟綠褶菇全株有毒，兩者在野外不容易分別，民眾誤食機率大，生長季節多為春夏秋季。

## 臨床症狀

誤食時會有噁心、嘔吐、腹痛、血便及脫水等腸胃炎症狀。

## 中毒原因

常被誤認為是雞肉絲菇而被民眾誤採誤食。



菌傘中央無凸起，常佈有褐色塊狀鱗片



菌褶一開始為白色，之後逐漸轉為黃綠色



無假根



菌柄上有菌環



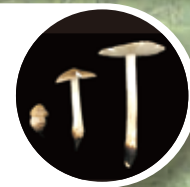
菌傘中央有一堅硬凸起(肚臍凸)，無褐色塊狀鱗片



通常為白色



有延伸至  
底下白蟻窩的假根



無菌環

菌傘

菌褶

假根

菌柄



綠褶菇



雞肉絲菇