

一碟凉拌木耳“撂倒”祖孙三代五口人,专家提醒: 小心这些常见的舌尖上的“毒物”



最近,浙江一7岁女孩因吃了浸泡两天两夜的黑木耳中毒,出现多器官衰竭,住进ICU一事引发广泛关注。据了解,除了黑木耳,苦瓠子、半生不熟的四季豆、泡发过久的银耳、生豆浆、发芽的土豆等都会引发舌尖上的“危险”。昨日,合肥市一院急诊部副主任医师朱毅提醒,出现食物中毒症状后应大量饮水、催吐,并及时就医,“舌尖上的‘毒物’有不少,市民们在‘大快朵颐’前,一定要多加小心。” □费秦茹 记者 马冰璐

一碟凉拌木耳“撂倒”五口人

提起黑木耳浸泡过久引发中毒一事,合肥市一院急诊部副主任医师朱毅表示,他曾接诊过好几例类似病例,“印象最深的便是其中一家三代五口人。”

据介绍,这家老人一大早起床后,便开始泡发黑木耳,并在当天晚上做了一碟凉拌木耳,“小夫妻俩和孩子特别喜欢吃,所以吃了,老两口吃得少。”当晚,一家五口便出现中毒症

状,并一起挂急诊就医。

“两位老人中毒轻微,小夫妻和孩子情况比较严重。”庆幸的是,经过输液等治疗后,一家五口转危为安,“黑木耳长泡发,会导致其中产生一种椰毒假单胞菌,这种菌体会产生一种米酵菌酸,其具有较强的毒性。其实除了黑木耳,我们常吃的银耳也不能泡发时间过久。”

一口自制药酒,差点要了大妈命

泡药酒受到不少中老年人的追捧,40多岁的吴大妈患有风湿性关节炎,她听说喝药酒可以除血化瘀,于是便精心炮制了一瓶药酒,除了生草乌等中药外,她还在酒里放了毒蛇、蝎子、蜈蚣等毒物。

可她怎么也没想到,只喝了第一口,便住进了医院,她不仅出现了胸闷、呕吐等中毒反应,还引发恶性心律失常、血压低,休克,性命危在旦夕。最终,经过长达一个多小时的紧急抢救,

吴大妈才转危为安。

据了解,这是乌头碱“作祟”,生草乌中含有乌头碱成分,有的地方有用生草乌泡酒治疗风湿及疼痛的传统,但乌头碱易溶于乙醇,因此特别容易中毒。误服外用的草乌药酒,只需要一小口(10毫升)就能使人中毒甚至死亡。

朱毅提醒,药酒有强身健体的功效,很多人都喜欢喝药酒来养生。不过,是药三分毒,自制药酒、饮用药酒,务必小心谨慎对待。

苦瓠子酿祸,老人常中招

“瓠子吃起来有点苦而已,谁知道会有毒。”71岁的朱奶奶后悔不已,前两天,她在菜市场买了一根瓠子,并精心烹制了一道瓠子烧肉,“我尝了一口有点苦,心想应该没什么大问题。”

本着不能浪费食物的原则,朱奶奶和老伴把一大碗瓠子烧肉吃得干干净净,“可吃完饭,我和老伴便出现了上吐下泻的症状。”子女们闻讯后,将他们送往医院。仔细询问情况后,医生推测,应该是苦瓠子惹祸。经治疗后,朱奶奶和老伴身体状况趋于平稳。

据了解,苦瓠子含有的毒素其毒性不亚于砒霜,这种毒素即使通过高温也难以溶解。而且,苦瓠子和可食用瓠子从外形上又很难辨别,因此吃瓠子前,最好用舌头舔一下去皮的瓠子肉,若有苦味,则不宜食用。

朱毅回忆,自己曾接诊过好几例因苦瓠子引发中毒的患者,患者大多为老人,“除了苦瓠子外,因食用未炒熟的四季豆而中毒的患者也大有人在,未炒熟的四季豆中含有皂甙,人食用后会中毒,炒熟的四季豆则无毒。”

大热天是食物中毒高发期

记者从省城多家医院急诊科获悉,大热天是食物中毒的高发季,就诊量比冬季要多3倍,这是因为气温高,食物容易变质,加上不少人喜欢吃生冷食物,甚至直接从冰箱里取食存放过长时间的食物,极易诱发食物中毒等。

据了解,食物中毒就诊高峰多在晚上,这是因为现代人生活节奏快、工作压力大,大多数人选择晚上聚会聚餐,大快朵颐,因此,晚饭后和夜间就诊患者比较多。

在热天里,人们喜欢吃烧烤、龙虾、冰啤酒,这些除了容易刺激肠胃,导致急性肠胃炎等,还容易因食物不洁、变质诱发食物中毒。

而冬季的食物中毒多因河豚所致,因为冬季是河豚最为鲜美的季节,备受食客追捧。据了解,河豚肉质鲜美,但具有很强的毒性,其肌肉、内脏、卵都含有毒素,经过炒煮、盐腌、日晒、高压高温也不能使毒性消除。使人中毒的主要成分是河豚毒素及河豚酸等。

专家:一旦中毒,大量饮水、催吐并及时就医

朱毅提醒,一旦发现自己出现食物中毒的症状,首先要大量饮水,对毒素进行稀释,也可以喝些淡盐水,补充电解质;可以借助喝进去的水进行催吐,用手指进行催吐;及时去医院就诊或拨打120。

“一旦发觉中毒之后,一定要尽早救治,以

免时间拖得太长对生命造成危险,时间一长,毒素会进入血液,治疗起来更加困难。”朱毅还提醒,冰箱不是万能的,任何食物放冰箱的时间都不能太长,剩饭剩菜放冰箱后再拿出来吃时,一定要煮熟煮透。

□ 新闻延伸

这些舌尖上的“毒物”也需小心

1. 生豆浆

致命毒素: 皂素

致命机理: 生大豆含有毒素,因此,如果豆浆煮不熟,容易造成食物中毒。特别是将豆浆加热至90℃左右时,皂素受热膨胀,泡沫上浮,出现“假沸”的情况,留在豆浆中的皂素等有毒害成分并没有完全破坏,假如喝这种豆浆便会引起中毒,通常在食用0.5~1小时后即可发病,主要出现胃肠炎症状。

应对方法: 为了防止饮用生豆浆中毒,在煮豆浆时,出现“假沸”后还应继续加热至100℃,煮熟的豆浆没有泡沫。

2. 发芽马铃薯

致命毒素: 茄碱

致命机理: 马铃薯含有毒成分茄碱(马铃薯毒素、龙葵苷),马铃薯全株都含有这种毒素,不过,各部位含量不同,成熟马铃薯含量较少,一般不引起中毒,而马铃薯的芽、花、叶及块茎的外层皮中却含有较高的茄碱,马铃薯嫩芽部位的毒素甚至比肉质部分高几十倍至几百倍。未成熟的绿色马铃薯或因贮存不当而出现黑斑的马铃薯块茎中,都含有极高的毒性物质。

应对方法: 为了防止马铃薯中毒,可将马铃薯贮藏在干燥阴凉的地方,防止发芽。吃时,如果发现发芽或皮肉呈黑绿色时,最好不要食用。

3. 剩菜

致命毒素: 亚硝酸盐

致命机理: 如果人体摄入过量亚硝酸盐,可将人体内正常的血红蛋白氧化成高铁血红蛋白,此外,亚硝酸盐还可阻止氧合血红蛋白释放氧,而引起组织机体缺氧,使人发生中毒。

应对方法: 一定要食用新鲜菜,煮熟的菜不宜久闷存放,腌菜应在腌制一个月以后洗净后才可食用。

4. 鲜黄花菜

致命毒素: 秋水仙碱

致命机理: 鲜黄花菜中含有秋水仙碱,如果人体摄入秋水仙碱后,会在人体组织内被氧化,生成二秋水仙碱。而二秋水仙碱是一种剧毒物质,可毒害人体胃肠道、泌尿系统,严重威胁健康。一个成年人如果一次食入鲜黄花菜50~100克即可引起中毒。

应对方法: 要防止出现鲜黄花菜中毒,可将鲜黄花菜在沸水中稍煮片刻,再用清水浸泡,就可将大部分水溶性秋水仙碱去除。也可将鲜黄花菜煮熟、煮透,再烹调食用。

5. 蓝紫色的紫菜

致命毒素: 环状多肽

致命机理: 紫菜水发后若呈蓝紫色,则说明在海中生长时已被有毒物质环状多肽污染。

应对方法: 这种毒素蒸煮也不能解毒,因此不可食用。

(合)医广[2018]第1-16-6号

合肥友好医院 7月-8月大优惠

静脉曲张手术费减免50%

预约电话: 64666688 合肥市徽州大道693号(原104医院)