

连吃 20 天杨梅,引发尿毒症

医生:这几类人吃杨梅要注意

杨梅因其色泽红润、酸甜多汁,有“果中玛瑙”的美誉,受到很多人的喜爱。但最近却陆续有人因为吃杨梅进了医院。



1 每天吃 0.5 公斤杨梅,病情危重住院

近日,林先生忽然浑身乏力,双腿都抬不起来,到医院办了住院手续并做了化验。结果显示,林先生肌酐值已达到尿毒症期水平,且又合并高钾血症,病情属于危重阶段了。

肾内科医生立即采取措施,给林先生做了血液透析等治疗,透析后情况逐渐好转。

林先生透露,自己既往有糖尿病史,且肾功能不好,平时也不注意监测相关指标,最近突然出现乏力才来就诊。

当被问到近期饮食时,林先生说,最近就是杨梅吃得多,从杨梅上市开始,基本每天吃 0.5 公斤。从 6 月初开始,林先生已经连续吃了 20 来天。当

天,还有一位女患者,情况几乎与林先生相同。

杨梅属于含钾量比较高的水果,虽然钾对人体来说不可或缺,但是对于肾功能不好的人来说,肾脏无法排出过量的钾,血钾升高,就成了高钾血症,严重的高钾血症会引起心跳骤停,危及生命。

2 这几类人吃杨梅要注意

杨梅中富含有机酸,是一种酸性水果,少量食用,有开胃的作用,但如果一次性吃太多,就会让胃酸过多分泌,从而出现反酸现象。

对于胃病患者而言,胃酸大量分泌,

大量的消化液充盈在胃部,反复刺激消化性溃疡炎症部位,容易出现溃疡出血,进而引发剧烈胃痛等胃部不适。

医生提醒,对于慢性胃炎、胃溃疡

患者,食用杨梅的时候,最好是在饭后,且一次性不宜吃太多。杨梅虽然升糖指数低,但是仍然有糖分,且含有较多的柠檬酸和草酸,大量食用会促进胃酸分泌。

3 这些杨梅的谣言不要相信

谣言一:有小白虫,不能吃

杨梅里确实可能有小白虫,那其实是果蝇的幼虫,因此它也是世间少有的“荤素搭配”的水果。

真相:这是杨梅的传统栽种中很正常的自然现象,且幼虫期的果蝇,吃下去对人体是没有危害的。

刚买来的杨梅在加盐的凉白开里浸泡十几分钟,就能把小白虫泡出来,而清水浸泡或流水冲洗,效果并不明显。

真相:除了白色杨梅以外的杨梅品种,都富含水溶性的花青素,只要杨梅熟到一定程度,汁液就很容易流出来,把水染成红色。

谣言三:杨梅里注胶增重

有人拿杨梅在水龙头下搓洗挤捏,最后在手上留下了一些胶状物,就说杨梅都注胶的,影响身体健康。

真相:杨梅在水龙头下反复搓洗留下的胶状物其实是果肉残留组织,是膳食纤维、糖酸、蛋白质、花青素等营养物质,和食用明胶有很明显的差别。

谣言四:不能与海鲜同食

目前,关于维生素 C 与海鲜同食会

中毒的,全都是虚假新闻。

真相:这种中毒现象真要发生,大概需要一口气吃下四五百只虾,并且同时马上吞下超级多的维生素 C 片才行。

谣言五:糖尿病患者不能吃

担心血糖高,并不意味着水果一点都不能吃。杨梅的含糖量,在水果中是算较低的,大约 7%,且血糖反应也不算高。还有研究表明,有的品种的杨梅含有一定的降糖降脂活性物质。

真相:如果每天吃杨梅及其他水果的总量在 0.25 公斤以内,问题就不会太大。如果是本身血糖就偏高的患者,可以把 0.25 公斤水果分两次吃掉,也不容易引起血糖水平的波动。

据央视网

花盆中长出奇特的“蘑菇”,能吃吗

植物专家:这是一种有毒的菌类



近日,安徽一居民发现自己花盆里长出了一株样子奇特的“蘑菇”,据专家鉴别,这株植物状似具有毒性的菌类叫“纯黄白鬼伞”,这是一种具有毒性的菌类,属于蘑菇科植物,不小心食用后会出现幻听的现象,可能还会持续微笑,严重时甚至需要去医院就诊。

王先生说,自家花盆里有一株头部呈圆球形附着密密麻麻小疙瘩,下端成柄状的黄色菌类,不知道是什么植物,不知道如何处理。

植物专家表示,此植物状似“纯黄白鬼伞”。“纯黄白鬼伞”的个头较小,最大的果实直径也只有 5 厘米,它的果实刚长出时呈斗笠形,茎干较粗,喜欢在潮湿的环境中生长。

这种菌类的繁殖速度很快,温度适宜时会在花盆中爆发,养殖花卉时一旦在花盆中发现“纯黄白鬼伞”要立即换盆养殖,还要及时将之前的盆土销毁掉。土壤中只要出现一颗,放任不管,很快就会长出一盆,很难处理干净。

鉴于此类菌含有毒性,专家建议“戴好手套、口罩后,连盆土一并倒掉销毁。”

同时,当前梅雨季节菌类易滋生,遇到没有见过的菌类,建议谨慎处理,请勿食用。

专家提示,从色彩判断蘑菇是否有毒,无科学依据,与银器、姜、蒜等同煮变黑,也是识别毒蘑菇的错误方法。

据合肥晚报

她的脸为何变成“火龙果”

罪魁祸首竟是宠物仓鼠

几天前,杭州女子吴霞(化名),在家人的陪伴下走进了医院。眼前的一幕,让皮肤科医生吓了一跳。

只见她全身布满红斑,脸就更恐怖了,红里透紫,整张脸又红又肿,颜色和火龙果一模一样……这让吴霞苦不堪言。

全身变成火龙果色

“当了这么多年医生,脸红肿成这样的,还是比较少见。”接诊吴霞的医生说。

吴霞回忆,大概一周前,她突然开始发热,体温达到 40 摄氏度,足足烧了 4 天都不退。

一开始,她身上出现了小范围的皮疹,渐渐地,皮疹蔓延到她的全身和脸部,密密麻麻,看上去红紫色的一大片,十分吓人,这才在家人的陪伴下来到了医院。

到底是什么情况所致?经过全面查体和仔细观察皮疹后,医生根据经验,大致判断这种情况很有可能是患上“恙虫病”,也就是被恙虫咬过导致的。

恙虫一般滋生在地势比较低洼、潮湿和杂草丛生的地方,农村和户外较多。医生怀疑吴霞最近去过户外,招惹上了恙虫,可她一再坚持说自己没有去户外,出门也仅限于市区。

罪魁祸首竟是仓鼠

那么,究竟是什么原因让吴霞接触到了恙虫?

“你家里有没有老鼠?”医生询问。吴霞说,自己家卫生特别好,不可能有老鼠。就在大家困惑时,吴霞又说:“家里养了一只仓鼠。”

听吴霞这么一说,再结合她的身体症状,医生基本确定,她是患上了恙虫病,而罪魁祸首很有可能就是家里养的仓鼠。

被恙虫叮咬后,身上会留下恙虫咬过后的焦痂。果然,经过仔细查体,医生在吴霞的腹股沟处发现了一块焦痂,证实了之前的推测。

仓鼠身上怎么会有恙虫

医生介绍,恙虫病是由一种叫“恙虫病东方体”的病原体引起的传染病,它是一种介于细菌和病毒之间的微生物,常居住在鼠类身上。

当恙幼虫叮咬了老鼠之后,就会寄生在老鼠的身上,依靠吸血存活,因为老鼠感染有立克次体,所以对老鼠来说威胁不大。

一旦恙虫叮咬老鼠,幼虫发育后其子代再去叮咬人类,就可能导致人类感染发病。

仓鼠看似可爱,但也是老鼠的一种,在繁殖场和售卖过程中如果接触到感染恙虫的老鼠,就会携带恙虫。因此,购买仓鼠最好到有正规来源的场所购买。

每年 6 月—10 月是恙虫病的高发季节,这种虫子看似不起眼却会造成严重后果。

被恙虫叮咬后,初期症状与感冒相似,会出现发热、皮疹、淋巴结肿大等症状,但如果任其发展,就会导致心、肝、肾衰竭,甚至危及生命。

另外,恙虫一般喜欢在雨后潮湿的地方出没,因此雨后尽量避免坐到地上,出门旅游和在户外活动时最好穿长衣、长裤,喷好驱虫液,做好防护。

户外活动后如出现发热、皮肤红疹等不适,甚至皮肤焦痂等应及时就诊。

据钱江晚报