

连吃两个超甜菠萝，女子出现急性肝衰竭

很多食物不宜久放，一些食物“隔夜”会产生毒素

两个菠萝，吃的时候美滋滋，结果拉了十几天肚子，还拉成了“小黄人”。60岁的张女士至今心有余悸，想不到为了不浪费10块钱的菠萝，弄得自己急性肝衰竭。



1 菠萝很甜，但“后劲”不小

近日，张女士收到快递员送来的菠萝，削皮后，发现去掉“衣服”的果肉已经是深黄色了，轻轻一按，果肉就会流出汁水。

“会不会是烂了？”正准备扔的时候，张女士凑近闻了一下，发现菠萝并没有臭味，尝一口，发现异常香甜。

“买得太值了！”张女士一口气干掉了两个，第二天起来，又把另一个菠萝切块、榨汁喝掉了。菠萝汁喝下去没几个小时，张女士就开始了腹泻，一天跑了10来趟卫生间。因为都是正常大便，所以张女士也没放在心上，以为是菠萝汁通便。

结果，这“通便”效果持续了十几天，原本打算去医院检查一下的她，一想到再过半个月就到预约体检的日子了，就

觉得没必要多花钱再去医院做检查。

直到张女士如约去当地医院做年度体检，在排队过程中，体检护士一眼看到了人群中脸色蜡黄的张女士，马上拉住她，对她说，她的肤色看起来像是黄疸很高，建议直接做个肝功能检查。

检查发现：张女士的肝功能指标堪称“爆表”，谷丙转氨酶和总胆红素都已超出正常值几十倍，而血白蛋白只有正常人的二分之一。

张女士马上被送到当地医院急诊室进行救治。进一步检查显示：她的肝已接近衰竭状态。当地医院建议她转至浙江大学附属第一医院感染病科治疗。

2 身体基础很好，为何突然肝衰

没有慢性肝病的病史、不喝酒，也没有服用损害肝脏的药物，每年体检身体健康，且当地医院检查甲肝、戊肝等病毒性肝炎指标都是阴性。浙大一院感染病科副主任医师陈燕飞经过仔细问诊，快速排除了病毒性肝炎、药物性肝炎、酒精性肝炎等常见的会导致肝脏损害的可能。

“起病的原因是吃了两个熟透的菠萝，没有发烧，炎症指标也不高。”陈燕飞分析张女士的病程进展后，又排除了细菌感染引起的肝损伤。

最后，张女士被确定为毒素型食物中毒，罪魁祸首是蜡样芽孢杆菌。

感染病科主任盛吉芳介绍，蜡样芽孢杆菌是一种好氧性、中温、产芽孢的革兰氏阳性杆菌，是食物和化妆品中常见的污染菌，最喜欢的生长温度是28摄氏度—35摄氏度，因此夏季高发。

经过一系列的护肝及对症治疗，张女士的肝功能终于好转了，目前已经出院回家休养。

3 这些食物“隔夜”就可能产生毒素

天气炎热起来了，很多食物在室温环境下放不久。面对家中的剩饭剩菜，不少人会陷入两难的选择：是倒掉，还是热一热继续吃？吃了隔夜菜，会不会有中毒的危险？

首先要明确一点，我们常说的隔夜菜并不是如字面上那样是放置了一夜的饭菜。科学地说，放置时间超过8小时—10小时的菜，都属于隔夜菜。杭州市肿瘤医院临床营养科医生陆梦珊提醒，隔夜饭菜在存储、二次加热的过程中，不仅会导致某些营养素的破坏和流失，还容易滋生细菌，食用后，易引起肠胃不适甚至食物中毒。

以下6种隔夜菜，对身体的隐藏危害较大，吃不完最好倒掉。

1.隔夜绿叶菜 通常，茎叶类蔬菜硝酸盐含量最高，尤其是菠菜和芹菜，煮熟后如果放置时间过久或储存不当，就会产生大量的亚硝酸盐，使剩菜中的含量很可能达到危险程度。

2.隔夜海鲜 海鲜放置一夜后，容易产生蛋白酶降解物、细菌等致病菌，不仅其中的营养成分会被破坏，致病菌进入人体后，还会刺激胃肠道黏膜，引起腹痛、腹泻等不良现象，同时也会对人的肝、肾功能造成伤害。

3.隔夜银耳、蘑菇 野生或人工栽培的银耳、蘑菇等，如果煮熟后存放时间较久，就会导致亚硝酸盐的生长和增加，也比较容易滋生细菌。如果再有储存不当的情况，就存在产

生黄杆菌毒素的可能性，吃了之后就会出现腹痛、腹泻等症状。

4.隔夜溏心蛋 半生不熟的溏心蛋没有彻底杀菌，可能含有沙门氏菌等多种致病菌；久放后就更容易滋生细菌，食用后会危害肠道。如果蛋已熟透，且低温密封，保存得当，隔夜再吃是没有问题的。

5.隔夜凉拌菜 凉拌菜在加工的时候就已经受到了较多污染，若将它隔夜保存，即使冷藏，也有可能已经变质。

6.隔夜卤肉 卤肉千万不要隔夜，即使放在冰箱里，也容易滋生霉菌、嗜冷菌等。如果清洁不到位，且食材没有正确存储，就可能引发食物中毒。

4 剩菜剩饭科学储存，吃得更安心

1.及时冷藏 冰箱温度低，可以抑制细菌滋生，相对减少亚硝酸盐的产生。

2.分开储存 冰箱里放剩菜要注意分开储存，避免交叉污染，选用干净的加盖容器或保鲜膜覆盖。

3.彻底加热 剩菜剩饭食用之前一定要彻底加热。所谓彻底加热，就是要把剩菜剩饭加热到中心温度70摄氏度以上，保持3分钟。

陆梦珊提醒，有些隔夜菜可以吃，但还是尽量少吃，按

需备餐，吃多少，做多少。老人、孕妇、小孩、慢性疾病等特殊人群尤其要谨慎。剩饭菜加热不应超过一次，并应在两天内吃完。超过3天，最好倒掉。

据“极目新闻”

腰部为何突然鼓起鸭蛋大小的包块

腰部被撞腹腔“破洞” 内脏突出发生“腰疝”



一位女子腰部右侧、背部胀痛不适，还突然鼓起一个包块。她一度怀疑自己患上了肿瘤。到医院一查，竟是腰上“破”了个洞，被确诊为罕见的“腰疝”。究其原因，与她一个月前骑行时腰部受到外伤有关。

58岁的李女士身体一向健康，平时最大的爱好就是骑行锻炼，基本上每个周末都会骑行。近一个月来，李女士时常感到右侧腰背部胀痛不适，起初以为是腰肌劳损，可后来，她发现经常胀痛的腰部鼓出一个鸭蛋大小的包块，咳嗽时还会变大。

李女士担心自己患上了肿瘤，吓得赶紧来到武汉市中心医院就诊。经

过CT检查发现，这个包块不是肿瘤，而是罕见的“腰疝”。

这家医院疝与腹壁外科主治医师罗文告诉李女士，这个包块其实就是疝气。通俗地说，就是腰部“破”了个洞，腹腔里的肠管、网膜等脏器通过缺损处向外突出，形成肿块。

李女士百思不得其解，自己怎么会突然得了“腰疝”？在医生的询问下，她才想起：一个月前，她在骑行时，腰部右侧被自行车撞了一下。医生判断，可能是因腰部外伤引发了“腰疝”。

专家团队为患者实施了微创“腰疝”修补手术，将腹腔脏器还纳回去，并成功修补好了腰部腹腔壁上的“破洞”。

武汉市中心医院日间手术部、疝与腹壁外科主任王勇介绍，“腰疝”是临床上一种比较罕见的疝气，多数没有明显症状，仅表现为腰部包块，站立时突出明显，平卧休息时又消失不见，并伴有胀痛感。“腰疝”一般发生于先天性腰部肌肉发育不良的人，或瘦弱者、高龄老人，以及因手术、外伤、带状疱疹等引起的腰肌薄弱或萎缩者身上。

专家提醒，“腰疝”很容易被误诊为皮下肿块或脂肪瘤。一旦确诊是“腰疝”，手术修补是唯一科学的治疗途径，否则，随着疝块的逐渐增大，还可能发生险情，危及生命。

据“极目新闻”