

吃了霉变花生 险些酿成大祸

医生:发霉的谷物、长期不清理的冰箱、木制砧板容易“藏”毒



近日,福建福州的王女士因吃花生差点丢了性命。这究竟是怎么回事?

吃花生导致黄曲霉毒素中毒

近日,王女士出现腹痛、腹泻、恶心等症状,随即来到医院。医生表示,接诊时,王女士的症状与胃肠炎相似,而王女士眼睛上的异常却引起了医生注意。

正如医生所料,血液检查结果显示,王女士的转氨酶指标是正常人的10倍,这意味着她的肝功能受到了

严重的破坏。医生怀疑王女士的肝脏问题由中毒引起。

最终,医生在王女士的粪便及呕吐物中检测出黄曲霉毒素超标。

原来,王女士在发病前一两日,吃了一包存放许久且已霉变的花生,最终导致黄曲霉毒素急性中毒。

像王女士这样,因食用霉变花生

导致中毒的事件并非个例。

今年3月29日晚,浙江杭州的刘先生边看电视边吃花生。不料凌晨3点,他突然被一阵腹痛惊醒,爬起来呕吐、腹泻了10余次,被家人送往当地医院。值班医生发现,刘先生肝功能指标高出正常值200多倍,确诊为黄曲霉毒素中毒。

黄曲霉毒素最爱“藏”这些地方

黄曲霉毒素是黄曲霉和寄生曲霉的代谢产物,是迄今发现的毒性和致癌性最强的真菌毒素之一。

目前,已发现的黄曲霉毒素及其衍生物大约20种,其中以黄曲霉毒素B1最常见,其毒性约为砒霜的68倍。

更可怕的是,黄曲霉毒素耐高温,裂解温度是280摄氏度。日常烹饪的温度(100摄氏度—200摄氏度)根本奈何不了它,也不要指望开水煮或者油烹能把它杀灭。

黄曲霉毒素不仅毒,且广泛存在

于日常生活中,它最爱“藏”在这些食物及场所中:

发霉的谷物 大米、小米、玉米、豆类等淀粉含量高的谷物。

发霉的花生及坚果 花生及坚果富含油脂,且黄曲霉毒素溶于油脂,因此它们易感染黄曲霉菌。

劣质芝麻酱 有些商家为了降低成本,用糠芝麻、瘪花生甚至变质的芝麻、花生做原料,其中变质的花生中含有黄曲霉毒素。

小作坊榨油 有的花生外表正

常,但内部已出现黄曲霉毒素,而小作坊榨油机工艺简单,缺乏除去有害物质的工艺,不能对原材料进行精炼,可能会出现农药残留、重金属污染及存在黄曲霉毒素等问题。

长期不清理的冰箱 食物长时间放在冰箱内也会霉变,此时冰箱内易滋生黄曲霉毒素和其他细菌。

木制砧板、木筷子 砧板及筷子的缝隙中易藏匿食物残渣,如使用后清洁不到位,或长时间放置在潮湿阴暗的角落,就容易产生霉变。

如何预防黄曲霉毒素的产生

及时处理霉变食物 如发现家中大米、花生、坚果等食物发霉,请及时扔掉,且剩余部分不能食用。

正确储存食物 粮食、坚果等要

放在干燥通风的地方,避免因保存不当出现霉变,此外,家中不要过量囤积食物,降低黄曲霉毒素感染风险。

注意厨具卫生 筷子、砧板等厨

具要及时清洗干净,同时定期更换,以免滋生细菌。

定期检查食品储存情况 发现问题及时处理,避免摄入霉变食物。 据央视新闻

何首乌治脱发 致重度肝损伤

医生:服药必须遵医嘱,千万不要尝试“偏方”

近日,29岁的杭州姑娘小黄遭遇了脱发困扰,在尝试多种西药治疗无效后,连续一个月服用含有何首乌的中药,不仅脱发没有明显改善,反而出现了腹部不适、乏力、尿色深黄、眼白发黄等症状。

护发不成反伤肝

近日,小黄前往浙江省人民医院感染病科就诊,检查结果显示,她的谷丙转氨酶是正常值的40多倍,胆红素也升高3倍多。

结合中药中含有何首乌等成分,医生诊断为药物性肝损伤,且达到了重度。

小黄住院接受治疗,很是懊悔,“本想护发,没想到伤了肝,还住了院!”

医生介绍,何首乌在民间被称为生发、乌发“神器”,然而,它具有一定的毒性,长期服用或大剂量使用,会出现谷丙转氨酶和谷草转氨酶的升高,以及肝细胞坏死和细胞膜损伤等。此外,个体差异也可能导致部分人群对何首乌敏感,从而引发肝损伤。

盲目养生或致肝损伤

近年来,人们的养生保健意识提高,中药越来越受欢迎。然而,因医学知识匮乏,使用过程中没考虑成分、剂量或自身体质等原因导致的药物性肝损伤越来越常见。门诊接诊的肝功能异常患者中,相当一部分人为盲目服用中药、养生茶及保健食品后发病。专家强调,即使是医生开具的药方,长期服用也需定期检查肝功能。

肝脏是人的重要排毒器官,药物代谢需经过肝脏。药物性肝损伤可以发生在以往没有肝病史的健康人群或原来就有严重疾病的患者身上,可发生在用药过量时,也可发生在正常用量的情况下。因此,服药必须遵医嘱,千万不要尝试所谓的“秘方”“偏方”。

在服药期间,若患者出现恶心、呕吐、上腹部不适、乏力等不良反应,尤其是出现尿黄、眼黄、皮肤黄等征兆,应立即提高警惕,怀疑可能发生药物性肝损伤,并尽快前往医院进行治疗。

据武汉晚报

吾家有喜 百事皆宜

家有喜事

让整座城市见证永久爱和幸福

喜事将近的沧州人可以登上《沧州日报》《沧州晚报》来官宣您的喜讯和幸福啦!本报正式推出“家有喜事”官宣平台,让报纸留住幸福瞬间。

我们可以提供不同价格和规格的登报选项,满足不同需求,包括半版、整版展示以及新媒体推送。刊发内容可以是经典故事、美好瞬间、亲朋好友祝福、寄语、人生经历等。刊发形式可图可文、可图文并茂,并提供个性化定制文创产品,增加服务的附加值。添丁、结婚、贺寿等登报都可提供装帧精美的报纸工艺品,赠送当天报纸,留作美好瞬间的永恒保存。

天伦之乐 添丁进喜 人生新起点 相知相伴

限时特惠 1/5版面面积 (21CM×6.5CM) **¥199元** RMB

限时特惠 1/2版面面积 (21CM×16CM) **¥521元** RMB

结婚、订婚、添丁、生日、升学、乔迁、贺寿、金婚、银婚、家庭聚会等一切喜事,均可刊发。

其他版面价格请致电详询: 0317-3155128 13303177691 / 13931751002