

三伏天谨防食物中毒

近日,浙江金华义乌29岁的大壮(化名)吃了三碗凉皮,却险些性命不保。

隔两天吃街角买回的凉皮 被确诊肝肾衰竭

身高体壮、身体倍棒的大壮是安徽人,和父母、老婆一家四口在金华义乌打工。

刚进入伏天,气温飙升到近40℃。一天中午时分,大壮老爸从工地下班,带回来一大张从街角买的凉皮,将凉皮切成手指粗细,加入麻酱、香醋、辣椒油,就着大蒜,父子俩嘬嘬炫了好几碗。



剩下的凉皮,被两人放在冰箱冷藏格里。大壮本想着晚餐继续吃,结果直到第三天傍晚,他才从冰箱里取出凉皮,并按凉拌菜的做法,制作了一小盆酸辣凉皮,盛了整整三大碗后吃了个精光。

此后,大壮身体不适,最初以为是拉肚子,但家人感觉情况不妙,紧急将他送往医院。医生检查后发现,大壮的肝肾功能指标超过正常值的数十倍,病情危重,便迅速将大壮转诊至浙江大学医学院附属第一医院急诊科进行抢救。

米酵菌酸中毒死亡率超40% 小伙换血保命

在浙江大学医学院附属第一医院,急诊科陆主任结合大壮的饮食史,以及其迅猛进展的胃肠道症状,和短时间内出现的急性肝衰竭、无尿(临床考虑急性肾衰竭可能),高度怀疑是米酵菌酸中毒。

随后,送省疾控的血液标本检测结果证实了专家的判断。

陆主任分析,凉皮作为湿米粉类制品,在高温潮湿的夏季极易容易滋生一种名为“椰毒假单胞菌”的细菌,在繁殖过程中会产生“致命”代谢产物——米酵菌酸。



据介绍,米酵菌酸剧毒无比,仅需1毫克的剂量就足以致命,主要攻击人体的肝脏、肾脏和大脑;同时,米酵菌酸耐高温、难溶于水,这意味着,回锅煮、炒、蒸,也无法有效破坏其毒性。

更可怕的是,米酵菌酸不仅在中毒初期,因其症状(如腹泻、呕吐、腹胀)易被误认为普通肠胃炎,进而延误治疗;而

且目前临床上没有针对米酵菌酸的特效解毒药。

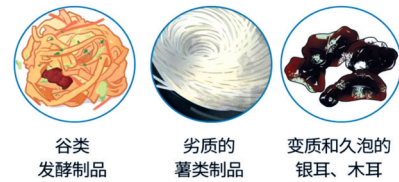
因此,只能通过血液净化来清除体内毒素,以及对心、肝、肾、脑等重要脏器进行对症支持治疗,抢救难度极大。我国食源性疾病监测结果表明,米酵菌酸中毒导致的死亡,是我国微生物性食源性疾病死亡的“头号杀手”之一,中毒患者死亡率超过40%。

幸运的是,经过医院多方治疗,对大壮进行不间断血液净化,才艰难地将大壮从鬼门关拉了回来。大壮的肝肾功能逐渐开始恢复,终于脱离了生命危险。

让人欲罢不能的凉菜,一旦处理不当,可能会变成致命“毒菜”。夏季炎热时节因吃凉菜引发的中毒事件频频发生,甚至夺走多条生命。

夏天吃这些要警惕

专家特别强调,夏季是米酵菌酸中毒的高发期。这些食物是“重灾区”。



1. 放置过久、变质的湿米粉类制品
凉皮、米线、米粉、凉面、肠粉、土豆粉、红薯粉等,购买时务必选择正规商家,留意生产日期和保质期,购买后尽快食用。比如散装河粉、凉皮等,尽量当天吃完。

在高温天,常温下存放超数小时或

者冰箱里放隔夜后,要特别小心,一旦发酵、有异味,绝对不可食用。

2. 泡发过久的木耳、银耳

木耳、银耳本身完全无毒,正常泡发后食用非常安全。但泡发时间过长(尤其是室温下泡发过夜),或泡发后放置时间过长,细菌滋生很快,毒素也会悄悄积累。

3. 放置过久的发酵米面制品

南方:发酵后制作的汤圆、发酵玉米面;北方:酸汤子、臭碴子。

生活中如何避免米酵菌酸中毒

1. 不自制发酵米面

不要自己制作发酵米面类等食品。不自制发酵淀粉类、玉米面、椰浆或椰奶等。

2. 木耳要即泡即食

自己泡发木耳、银耳,一般冷水泡1-2个小时就可以加工食用,最好不超过4小时,用热水泡的话时间还要更短。

3. 从正规渠道采购

从正规渠道采购米皮、凉皮、河粉等食品,且在购买当天食用。

4. 购买新鲜的食材

不买不新鲜的湿粉类食品,尤其是购买散装销售的湿粉类产品,要注意包装上的生产日期、保质期、储存条件等信息,低温储存,并在当天吃完。

5. 存储要阴凉通风

选择阴凉通风环境储存食物,避免阳光直射。注意防潮、防霉变。发霉食物及时丢弃,不可冲洗或去除霉变部分后继续食用。

(小编综合整理)

这些食品一旦变质 可能含有米酵菌酸

这些食品在制作过程中有一个共同特点: 都需要经过长时间发酵或浸泡

牢记这几点 远离米酵菌酸

1 不要制作、食用酸汤子等发酵面米食品

2 不食用浸泡过夜的黑木耳

3 购买新鲜的、生产日期近的食材

4 购买食物时尽量选择小包装,不囤积食物

5 选择低温干燥、通风的环境储存食物,避免阳光直射

6 发霉食品及时处理掉,绝不可冲洗或去除霉变部分后继续食用

这些食品有风险 也应警惕

这些食品有风险 也应警惕