

冰箱存放3天以上的食物或已变质 病从口入 严把食品安全关

“ 夏日天气炎热,人们总喜欢将食物放入冰箱中存储,却不知冰箱的保鲜作用具有一定时效性。杭州市第一人民医院消化科副主任医师杨建锋指出,食物在冰箱中放置时间过长,会发生变质。而且,如果冰箱长时间不清洗,很容易滋生细菌,污染食物。他建议,食物应当趁新鲜时食用,从冰箱中拿出的食物应重新清洗或加热,冰箱也应定期清洗。 ”

A 男子喝黄豆汤后休克

据报道,南宁市的黄先生(化名)最近被一碗黄豆汤“放倒了”。原因是黄先生看见冰箱中有一碗3天前剩下的黄豆汤,闻了闻发现没有异味,便喝了下去。没想到刚喝了不久,黄先生就出现腹痛的现象。不过,由于当时只是间歇性的痛,他并没有在意。

两天以后,黄先生的腹痛加剧,于是到附近医院挂盐水。然而,黄先生的病情在持续恶化。不久后,黄先生出现高热、休克的现象。家人见黄先生的情况不乐观,连忙将他送至医院急救。医生检查后发现,黄先生属于感染导致的感染性休克并出现肝功能损害、肾功能损害、凝血功能损害、循环衰竭等症状。究其原因,应该是喝变质的黄豆汤后引发的肉毒杆菌引起的肠源性感染。

B 冰箱并不能持久保鲜

为什么一碗小小的黄豆汤会有如此大的威力? 杨建锋介绍,就食物本身来说,像肉类、汤类这类食物蛋白质含量比较丰富,在没有密封的情况下放进冰箱,本身就比较容易产生肉毒杆菌、大肠杆菌等病菌,而且放置的时间越长病菌繁殖的越多。

这些病菌进入人体后,轻则会造成高热、腹痛、腹泻,严重者会出现出血坏死性小肠炎、便血、全身多处脏器功能损害、休克等病症。

C 夏季食物应趁新鲜食用

杨建锋认为,在冰箱中冷藏食物时,首先应做好密封,拧紧瓶盖或将袋子内的空气排出。其次,冷藏室的温度最好低于4℃,并且应当定期清洗冰箱,冰箱中若有已经变质的食物应尽快扔掉。再者,比较热的食物应放凉后再放入冰箱。最后,冰箱内的食物尽快食用,避免



此外,很多人都认为食物只要放进冰箱,就万无一失。其实不然,冰箱对食物的保鲜能力是有限的。

一般情况下,冰箱冷藏室的温度在4℃左右。冰箱只能延缓细菌生长,绝大多数存在食物中的细菌属嗜温菌,在电冰箱的低温环境下生长受到抑制,但受到抑制的细菌并非已被杀死,只是生长速度变缓。有些细菌例外,如肉毒杆菌、大肠杆菌等在冰箱潮湿的环境中还是会不断繁殖。有一种耶氏菌,在电冰箱的低温环境

长时间储存。

每一种食物在冰箱中都有它相对固定的保鲜期限。一般情况下,鱼类保鲜期为1-2天,肉类2-3天,蔬菜3-5天,西瓜、梨、果汁等1天,苹果、柑橘等7天左右。

而且,判断食物是否变质,并不能单纯依据食物是否“长毛”、出现异味等,有

下不但不受抑制,致病能力反而明显增强。而人体摄入耶氏菌污染的食物即可致病,最常见的是小肠结肠炎,主要表现是腹痛、腹泻、发热等症状,偶尔能引起肠道外症状,严重的可发生败血症等。杨建锋说:“如果冰箱长时间没有清理也会附有大量的病菌,这些病菌与食物接触后会大量繁殖,加速食物变质的速度。再者,如果冰箱中如果有其他已经腐败的食物,也会影响到新放入的食物,促使食物变质。”

些食物就算没有明显的腐败现象,但实际上已经变质了,例如前文中的黄豆汤。

因此,建议夏季的饮食应尽量选择新鲜的食材,尽量不吃放置过久或者隔夜的菜。同时,应注意饮食卫生,蔬菜瓜果在食用前应清洗干净。

(通讯员 张颖颖 谢文竹)

最近,江苏常州的左女士到一家饭店吃饭,刚动筷子,就感觉右肩膀痒有东西在爬,于是伸手抓了抓,在右肩膀拍死了一只虫子。随后,右肩膀出现红肿还有些刺痛,手臂抽搐,麻木,最后疼痛难忍,左女士就赶往医院,就在这时,左女士竟然出现了短暂的休克。

医生表示,如果就医不及时很可能危及生命,虫子被揉碎了,医生也辨别不出来是什么虫,但是大家都怀疑,这就是传说中的毒虫“隐翅虫”。

隐翅虫是一种常见的昆虫,身体是橘黄色、头和尾巴是墨绿色,外表看起来就像大蚂蚁,白天栖居在潮湿的草地、菜园等阴暗处,昼伏夜出,喜欢在有灯光的地方聚集。夏季高温多雨、潮湿,是隐翅虫出没的高发季。被隐翅虫叮咬后2到4小时会出现红肿,随后出现大水泡,甚至局部明显的肿胀,过敏体质的人容易出现过敏性休克的症状,表现为呼吸困难、血压下降等。

隐翅虫身体中含有酸性的液体,腐蚀性强,但它在皮肤上正常爬行时不释放毒液,挤压拍打它,毒液就会释放,引起叮咬性皮炎。若隐翅虫停留在皮肤上,千万不可直接用手拍打,应用嘴吹气将其吹走,然后用清水洗净接触隐翅虫的皮肤。

若皮肤不幸接触到隐翅虫毒液,可以用肥皂水清洗中和,减少炎症,再用炉甘石洗液或者是激素类的药膏进行涂抹,严重者要立刻到医院治疗。

夏季是蚊虫叮咬的高发期,大部分蚊虫叮咬出现红肿、瘙痒的症状,都可以自行消退,不必过分担心,但是如果皮疹比较泛发,瘙痒严重,就需要到医院治疗,以防形成叮咬性皮炎。



隐翅虫

过敏 三大 误区 你是否中招?

误区 2 过敏不用治

问:过敏是不是不用看,过几天就好了?

答:过敏就是这样,反反复复,好的时候跟没事儿一样,发作起来身体异常难受。孩子吃海鲜后起疙瘩了,过几天就好;有人早晨一起就连打喷嚏,一会

儿就好;有人到春天眼就痒,春天过去就好,这样的例子太多了。过敏是机体免疫系统对一种或多种物质的不正常反应,遇到过敏原刺激就发病,离开过敏原刺激后立即缓解,常给人留下“好了”的假象。在某一时间段内往往某一

器官发病,或者以某一器官发病为主,误导人们以为局部疾病而忽视系统治疗。一段时间内某一器官发病,另一时间段内则换成另一器官发病,这是“过敏性全身性疾病”的一种体现,却让人们以为原病“好了”而终止治疗。

误区 3 过敏不能治

问:过敏是体质问题,不能治好?

答:过敏发病是有条件的,第一要素在人,特异体质的人;第二要素是过敏原的存在;第三还需要特异体质的人,反复暴露于特异性过敏原中被致敏。因此,控制了以上的条件,过敏就能治。

提醒:过敏者应急治,症状消失不应停药

需特别提醒两点:第一,有些人抱

着侥幸心理,盼着“不治而愈”。其实不然,过敏是慢性疾病,治疗须及早。但凡患有过敏性疾病的人可能有这样的经历,在婴幼儿期患过湿疹,幼年期有荨麻疹,然后过敏性鼻炎,再后来出现哮喘。也有的是儿童时期患哮喘,成年后又患过敏性鼻炎、荨麻疹等。总之,过敏性疾病的自然进程是过敏原越来越多,症状越来越多,越来越重,治疗越

复杂,效果也越差。

第二,症状消失终止治疗。对于过敏者来说,没有症状并不意味着安全。过敏犹如水库的水位,超过了警戒线,在没有漫过堤坝前,是不会出现“发水”的现象。鉴于此,过敏治疗应是长期、持续、规范的综合治疗,过早终止治疗尤其是没有了症状就停止治疗,是过敏症状复发的常见原因。

打几个喷嚏也算病呀? 是不是小孩子都起湿疹呀? 过敏是不是不用看,过几天就好了? 过敏是体质问题不能治好? 7月8日是第12个世界过敏日,权威专家总结的三大误区,你不妨对照一下,看看是否中招了。

□本报综合报道

误区 1 过敏不是病

问:打几个喷嚏也算病呀?

答:是病。生物体发生不健康的现象,即不舒适。过敏,是机体免疫系统对一种或多种物质的不正常反应,主要发生在体表器官,表现为反复发作的鼻痒、打喷嚏、流鼻涕;胸闷、气短、咳嗽、喘息;眼痒、结膜充血、眼睑肿胀;皮疹;腹痛、腹泻等。过敏是生物体不健康的现象,是全身性疾病。