

黑龙江一家人聚餐吃酸汤子致多人死亡,罪魁祸首原来是“米酵菌酸中毒”

自制发酵米面制品,不可取!



10月5日,黑龙江鸡东县一家9人在家中聚餐时疑似食物中毒,截至10月12日晚,已有8人死亡,1人还在ICU抢救。

10月12日,黑龙江卫健委发布的最新消息证实,“鸡西食物中毒事件经流行病学调查和疾控中心采样检测后,在玉米面中检出高浓度米酵菌酸,同时在患者胃液中亦有检出,初步定性为由椰毒假单胞菌污染产生米酵菌酸引起的食物中毒事件。”

其实,最开始说“黄曲霉毒素”导致死亡是非常不合理的。

“黄曲霉毒素”是黄曲霉霉菌产生的毒素。而制作酸汤子是要用玉米

面加水浸泡发酵的,这个条件可并不适合黄曲霉生长,也并不容易增殖产毒。所以,黄曲霉毒素并不是制作“酸汤子”的时候产生的。检出了黄曲霉毒素,只能说明这家人的玉米或玉米面此前储藏不当,早就污染了黄曲霉毒素,然后用这种带毒素的玉米来制作了酸汤子。

而且,即使有黄曲霉毒素,一般也不会使人导致急性中毒死亡。黄曲霉毒素有苦味,如果达到导致急性中毒的致死量,会很苦,可能就被发现了。黄曲霉毒素导致死亡的案例非常罕见,而且死亡率也不会这么高。

什么是椰毒假单胞菌?为什么会这么毒?今天就来给大家聊聊这个可怕的细菌。

A 椰毒假单胞菌是什么? B 为何“酸汤子”会发生椰毒假单胞菌中毒?

“椰毒假单胞”最早是荷兰科学家在印尼爪哇岛的食物中毒事件中发现的,那种食物叫“tempe bongkrek”,是以大豆和椰子粉发酵制作的,这就是“椰毒”的来源。

这种细菌本身并不致命,但它能产生两种致命毒素,分别叫“米酵菌酸”和“毒黄素”,这两种毒素才比较致命,一旦发生中毒,潜伏期一般为30分钟—12小时,最长可达3天。

米酵菌酸作用的靶器官是肝、脑、肾等主要实质性脏器。因此,中毒的主要症状表现为消化系统、泌尿系统和神经系统的损伤,如上腹部不适、恶心、呕吐(重者呈咖啡色样物)、轻微腹泻等;重症病人多呈肝昏迷,中枢神经麻痹,并因呼吸衰竭而死亡。

而且,它还没有特效药,病情及愈后情况与摄入的毒素量有关,一般来说,摄入的毒素越多,症状就会越严重。由于没有特效药,中毒病例的死亡率也很高,可以高达50%!

最可怕的一点是,这种毒素非常耐热,就算做熟了吃,毒素还是没法完全去掉,依然会使人中毒。

椰毒假单胞菌在土壤中广泛存在,如果食品加工场所卫生条件差,就可能使食品被椰毒假单胞菌污染。这种细菌的生长和产毒喜爱温暖潮湿的环境,所以由其导致的中毒多发于夏秋季节。

“酸汤子”是一种发酵玉米制品,是用玉米等谷物加水浸泡,然后发酵做成。但是在制

C 哪些食物容易被污染?

椰毒假单胞菌食物中毒多发生在夏、秋季节,食品因潮湿、阴雨天气,贮存不当变质,从而引发中毒。

容易被污染而导致中毒的食品主要有三类:

谷类发酵制品(发酵玉米面、糯玉米汤

D 怎样预防中毒?

1.尽量不要自制发酵米面制品。
比如,家庭自制发酵米面时需要经过十几天以上的浸泡,很容易造成污染,因此不建议自制该类食品。

除此之外,也提醒大家,各种自制发酵食品都可能存在杂菌污染的风险,建议大家还是不要随便自己做了。

2.要自制,先学食品安全。
实在要自制的话,应保持环境清洁卫生、

E 冷冻食品还能吃吗?

还有很多人看到新闻里说是吃了“冷冻一年”的酸汤子,才中毒的。就只看到“冷冻一年”,就认为冷冻时间久的食品都不能吃。

其实,这就大错特错了。
实际上,冷冻的时候,温度在-18℃低

作过程中,如果杀菌不彻底,就很容易被杂菌污染,椰毒假单胞菌就是一种。因此,也提醒大家还是不要随便自制酸汤子了。

实际上,从我国这些年发生的中毒案例来看,发生这种菌污染导致的中毒大多都是农村家庭自制发酵食品、个体食品加工者,原因也是因为缺乏食品安全知识。

圆粉、玉米淀粉、发酵糯米、吊浆粩、糍粩、醋凉粉等);

薯类制品(马铃薯粉条、甘薯面、山芋淀粉等);

变质木耳、银耳。

通风干燥,不要用霉变的玉米等原料制备发酵米面制品;谷类浸泡时要勤换水,保持卫生、无异味;磨浆后要及时晾晒或烘干成粉;贮藏环境要通风防潮,不要直接接触土壤,防止污染。

3.不要购买和食用鲜银耳。

4.发泡干木耳和银耳要注意卫生。

干银耳或木耳一次不要泡发太多,泡发前洗净,泡发过程中勤换水,最好不过夜。如需过夜,应放在冰箱的冷藏室内。

温下,微生物并不能生长繁殖,也不会产生毒素,放个一年半载问题都不大,很多食品其实冷冻期都在一年左右。冷冻因为低温能抑制细菌,反而有助于保障食品安全呢,可千万不要误会了。

据新华网

青少年自伤自杀行为不容忽视

■王 亮

9月17日,一位14岁男生被母亲当众扇耳光后跳楼坠亡,引起了大家的热议。现在的孩子真的那么脆弱吗?

青少年是人生中最美好阶段的开始,他们的思维方式、情感的表达和成人有所不同,自我意识的形成也让许多家长觉得:“我孩子进入叛逆期了,不听话了。”

其实,不是孩子叛逆了,而是孩子在变化,我们没有适应和跟上孩子的变化,不知不觉中成了孩子口中的“你out了,老古董了”。

除了和父母的冲突,青少年和外部环境、老师、同学、伙伴等,也会有一些冲突。孩子的情绪很多时候是通过行为表达,尤其是那些令人看起来不太能理解、不太能接受的方式。

青少年自伤自杀是一种现象,关注和评估行为的风险,更要看到行为背后的原因和其所表达的情绪和诉求。青少年的自杀,很多时候不具备计划性,情绪“上头”可能发生冲动性的自杀,往往造成严重伤亡后果。所以,家长们对于孩子有自杀言行的,要格外注意,而不是掉以轻心。

相比自杀,发生概率更高的非自杀性自伤更值得引起大家关注。在青少年学生群体中,相当一部分人自伤,并非是想死。最常见的目的是减少负性情绪,也有人是自我惩罚。方式上有切割、灼烧、刺伤、击打、过度摩擦等。

青少年自伤和自杀,两者既独立又关联。很多孩子根本没有一个合适的情绪表达和排解途径,当他烦躁、焦虑、伤心、愤怒的时候,被情绪所控制,不知道如何平静下来,偶然一次割伤手臂后感觉到痛,见到血,瞬间感到特别放松,导致一些青少年把自伤当做排解负性情绪的唯一手段。

有些孩子在情绪糟糕时候,多次和父母暗示或明示得不到有效的关注和理解,父母总觉得没那么严重:“年纪轻轻,有吃有用,哪有什么压力?”久而久之,有些青少年开始用激进的方式来唤起父母的重视。

很多父母觉得自己已经足够重视了,孩子想要的,都尽力去满足了,到底还想要什么?其实,若总以成人的角度看待青少年问题,会出现2个极端:“没多大事”和“天啊,这么严重了”。若从儿科医生的角度看待青少年问题,孩子变安静了、不大爱笑了,这是一个信号:孩子可能有心事,但这心事不想和父母说,也可能是亲子关系出问题了。必须设身处地体验孩子究竟是家庭还是学校遇到了什么事情,内心有哪些想法,不能忽视。

很多青少年的问题,从成人角度来看起来不可接受,可从孩子的角度来看起来却又再正常不过,有其独特的“合理性”。青少年在学校得不到同龄人的认同,融入不了同龄人的社交圈,得不到老师的关注;或被同学嘲讽羞辱了一次;或被校园欺凌;或成绩下降老师批评、父母责备,自己又无可奈何;或自己长痘、身材矮小;或早熟,被宿舍室友孤立等等。在不成熟的认知下就会产生各种负性情绪:烦躁、焦虑、伤心、愤怒、失望、无助,进而发生各种自伤自杀行为。因此,要让孩子讲出心事,帮助孩子处理好各种关系,让孩子感觉你是愿意倾听并支持、帮助他的人。若情绪行为严重到家长所不能控制的范围,可寻求专业的机构或医院帮助。

青少年的自伤自杀行为,应该引起全社会的关注,不容忽视。

(作者系市第二人民医院儿少心理科医生)

这些食物又有健康新发现

相关研究显示,每天吃1个鸡蛋不会增加心血管病风险。食用抱子甘蓝等十字花科蔬菜、饮用绿茶,可能有助“关闭”癌症基因,让致命性乳腺癌变得可医治。

哈佛大学一项研究发现,每天吃适量(不超过1个)鸡蛋并不会增加心血管病风险,而且在亚洲人群中反而与心血管病风险降低8%相关。

研究者首先对护士健康研究(NHS I、NHS II和卫生专业人员随访研究(HPPS)3个队列数据进行分析,共涉及21万余人。结果显示,大部分人每周吃1—5个鸡蛋。吃鸡蛋较多者通常体质指数(BMI)更高,服用他汀可能性更小,且吃红

肉比较多。不过汇总的多变量分析发现,在校正相关生活方式及饮食因素后,每天吃至少一个鸡蛋与心血管病风险并不相关。研究者还对上述研究及另外27项研究数据进行了汇总分析,涉及172万余人。结果同样显示,每天吃1个鸡蛋不会增加心血管病风险,与冠心病和卒中均无关。

而且在亚洲人群(以中国人为主)中,每天1个鸡蛋与心血管病风险降低8%相关。其中中国慢性病前瞻性研究对超50万人数据的分析显示,与很少吃鸡蛋者相比,每天吃鸡蛋者的心血管病风险降低11%,心血管死亡风险降低18%。

“妈妈经常告诉你多吃蔬菜,如今科学证明她是对的。”美国亚拉巴马大学伯明翰分校的一项研究显示,食用抱子甘蓝等十字花科蔬菜、饮用绿茶,可能有助“关闭”癌症基因,让致命性乳腺癌变得可医治。

研究人员给罹患雌激素受体阴性乳腺癌的小鼠喂食萝卜硫素和多酚,前者常见于抱子甘蓝等十字花科蔬菜,多酚常见于绿茶。结果发现,这两种成分能“关闭”影响肿瘤生长的基因,让致命肿瘤变得可治疗。研究人员认为,这一结果提供了一种防治雌激素受体阴性乳腺癌的方法。

据新华网