

# 吃了浸泡2天的黑木耳,7岁小女孩多脏器衰竭 省疾控检测发现,黑木耳冤枉

本报记者 张苗 张冰清 本报通讯员 江歆

7月29日,浙江金华一家三口吃了浸泡2天的黑木耳出现中毒,其中7岁小女孩出现多脏器衰竭,至今还在ICU病房没有脱离危险。

在大家转发甚广的微信中,在水里浸泡了两天的黑木耳成了中毒的罪魁祸首。把黑木耳泡在水里是几乎每个家庭都会采用的方式,可这真的会导致黑木耳变成毒木耳吗?

昨天中午,浙江省疾控中心理化毒理所发布了消息,为黑木耳正名,真正的罪魁祸首是这个家庭的卫生环境,而不是黑木耳。



## 三步验毒素 干黑木耳未检出米酵菌酸

首先,疾控专家们确定中毒毒素。

### 步骤一:初步判定

经金华市疾控中心现场调查,结合患者中毒症状,省疾控中心食品安全风险监测专家高度怀疑为米酵菌酸中毒。

### 步骤二:标本送检

此次送检的中毒标本包括患者家中剩余的干黑木耳、中毒患者的血液。中毒病例相关标本送至浙江省疾控中心理化毒理所检测。

### 步骤三:检测确定

实验室检测结果显示:中毒患者血液呈现米酵菌酸阳性,且存在中毒的剂量效应关系,即中毒的罪魁祸首确实为米酵菌酸。

而在剩余的干黑木耳中并没有检测出米酵菌酸。

## 长时间浸泡 并不会产生米酵菌酸

网络报道由黑木耳导致中毒的案例的确不少。2010年至今,陕西西安、浙江温州、河北常德、湖南长沙、安徽和辽宁等多地均出现因食用长时间浸泡的黑木耳导致多脏器损伤的中毒案例。

钱报记者注意到一个关键词:长时间浸泡。

这个浸泡过程中究竟发生了什么事,让可口鲜美的黑木耳变成了致命的毒木耳?

为了证明长时间浸泡的黑木耳到底能否产生米酵菌酸等毒素,浙江省疾控中心和金华市疾控中心分别在各自实验室对中毒患者家里剩余的干黑木耳开展了浸泡试验,结果显示:浸泡1天至5天的黑木耳,均没有检出米酵菌酸。

## 知识+

米酵菌酸是椰毒假单胞菌产生的一种可引起食物中毒和死亡的毒素。中毒后临床症状表现为恶心呕吐、腹痛腹胀等,重者出现黄疸、腹水、皮下出血、惊厥、抽搐、血尿、血便等肝肾实质多脏器损害症状。

米酵菌酸已被证明可能存在于变质的发酵玉米面制品、变质鲜银耳及其它变质淀粉类制品中。现有实验证明正常的干黑木耳中不含米酵菌酸。

米酵菌酸中毒潜伏期一般为1~3天,多数为半天到一天。患者初期仅有恶心、呕吐、腹泻、头晕、全身无力等症状。情况严重的,可能出现黄疸、肝功能衰竭、意识不清、休克昏迷等严重症状,轻者1~3天自行康复,重者可能在2~4天内死亡。

## 专家认为:

1、“涉事”干制黑木耳不存在毒素米酵菌酸污染;

2、在保持良好卫生环境的情况下,黑木耳浸泡过程中很难产生毒素米酵菌酸;

3、患者食用的导致中毒的黑木耳,推断与其家中特定外部环境有关,比如浸泡时周边同时存在过期变质的食物,或浸泡容器未洗涤干净而残留食物残渣,而变质和残留的食物残渣会成为米酵菌酸形成的温床;

4、由于这种特定的外部环境一般很难被模拟,所以普通消费者家中正常的黑木耳在短时间浸泡过程中产生米酵菌酸的可能性非常低;

5、分析省内外多次发生的类似中毒案例可以发现一个关键词:过长时间浸泡。因此当天短时间浸泡的黑木耳基本不会产生导致中毒的量。

## 专家建议 最好不食用浸泡过夜的黑木耳

综合分析,总结为一句话:保持良好卫生环境下的家庭正常浸泡的黑木耳是可以放心食用的。

### 最后,专家给出如下建议:

1、建议每次只短时间浸泡当餐食用量的木耳,不食用浸泡过夜的黑木耳。

2、黑木耳浸泡后如发现有异味或手摸感觉有粘液产生,请立即丢弃不可食用。

3、保持良好的厨房卫生环境,不留剩饭剩菜,及时洗净餐具,不留食物残渣。

浙大儿院重症监护室副主任叶盛也强调,臭米面、玉米面、黑白木耳这些食物,如果储存、加工得当,完全可以放心食用;但如果在储存、加工过程中,受潮发霉,那就容易滋生米酵菌酸,出现致命的危险。



浙江大健康  
你的私人  
名医会所



微信扫一扫  
微信公众号  
浙江大健康  
或搜号码  
zjdjk1

## 空调开开关关30次 大妈折腾得一夜失眠

暑气重、湿热大,夏天睡眠差多缘于心绪不宁

本报讯 夏天昼长夜短,睡眠时间总是不够。再加上天气潮湿闷热、蚊虫叮咬等原因,又使人心浮气躁,辗转反侧,难以入睡,更别提做个美梦了……

近日,在中国睡眠研究会中医专业委员会副主委、浙江省名中医、杭州市中医院张永华教授的专家门诊里,一个上午就要看五十多号病人,大部分还是睡眠出现问题的患者,男女老少、各个年龄阶层的都有。

六十岁的王阿姨走进诊室一落座,就开始抱怨,“坐地铁过来看病,地铁的空调开得太足了,冻得直哆嗦。出了地铁,大太阳一照,才感觉回到了人间。”

王阿姨是张院长的老病人,去年冬天也是因为睡眠不好请张院长调理过两三个月,后来睡眠渐渐回到了“正道”上,她以为老毛病断根了。哪想到,今年天气一热,她的又睡不着了。王阿姨说她平时很少用空调,进入到了三伏,家里人都受不了,想不用空调也难。就这么晚上冷气一开,王阿姨就听到空调机里发出的声音,“呼呼呼”,像是有人在她耳边讲悄悄话,她觉得好烦,头痛,怎么都睡不着,还觉得太冷。关了空调,她又觉得闷热难当,气都透不过来。就这样,一开一关,爬起又躺下,一个晚上折腾三十次,她还怎么睡呢?

张永华院长介绍,最近像王阿姨这样夏天失眠患者特别多,很大一部分人是因为外界环境、自身精神压力等原因导致大脑神经回路出现波动,产生不稳定因素,从而导致植物神经功能紊乱,继而表现出头痛头昏、胃肠神经功能失调,还有失眠症状。而中医则认为,火、虚是失眠之因。张院长说夏季气温高、暑气重、湿热大,人们容易出现心火亢盛,心绪不宁、胸闷不适、睡卧不安等症状。而夏季出汗过多又会加重人体津液耗损,令心阴虚者虚火更旺,而出现盗汗、心神不宁等。

根据王阿姨的情况,张院长为她开了调理睡眠的药方,同时配合针灸理疗,同时建议晚上入睡前可以散散步、泡个脚,有了睡意再上床睡觉,房间里温度可以打得高一点。同时要调整好自己心态,不要老是在去注意空调发出的声音,担心自己睡眠时间不够怎么办等等。

## 服务+

## 中医怎么治失眠

“中医来说失眠又称不寐,是指经常不易入睡,或睡不深熟,易于醒觉,或通宵达旦,不能成寐。”张永华院长提醒,对于失眠,需要客观认识坦然接受。很多失眠患者很排斥用药,即使症状很严重依然硬扛着不肯吃药,担心会有副作用,还会产生依赖性。其实,关键还是安眠药的选择和用量的把握,这需要找专业的医生帮忙,并且要遵医嘱服药,千万别按着自己的想法吃吃停停。如果早期在医生指导下合理用药,不仅能让你睡得香,而且几乎不会有副作用。

而对于那些还没有严重到睡眠障碍、尚处于睡眠亚健康状态的人群,可试试中医调理,对于早期轻中度失眠,中医调理的效果还是比较好的。每个人的体质、性格、生活环境不同,往往症状组合也不同,因此,需要每个人区别对待、用药,这就是中医的辨证论治。

中医治疗失眠的优势具体体现在以下几方面:一、提高机体免疫力。二、对轻、中度单纯性失眠、更年期失眠、外界刺激引起的暂时失眠效果较好,单独使用中药就能够起到较好的效果。三、对重度失眠、焦虑、抑郁引起的继发性失眠和西药一起使用,能够增强西药的疗效,减少西药的使用量和停药后的复发机率。四、对失眠伴有的潮热盗汗、头痛头晕、易激惹、便秘治疗效果常优于西药。五、辨证正确无副作用,并能增强体质、减缓衰老;还能减少西药在胃肠道、内分泌、肝脏方面的不良反应和副作用。

本报通讯员 徐尤佳