

年轻小伙吃了冷藏白煮蛋肚子狂泻不止 冰箱不是“保险箱”，潜伏“杀手”要当心

说起冰箱，人们都认为这是冷藏、冷冻食物的最佳场所，特别是在炎热的夏季，一些人会习惯性地吧吃不完的饭菜放进冰箱，待下一顿取出食用，认为这样“既保鲜又降温”。但实际上，冰箱里有我们肉眼看不到的病菌，这些潜伏的“隐形杀手”对食品安全以及人的身体健康造成很大威胁。

吃了冷藏鸡蛋狂泻不止

绍兴小刘在一家汽车4S店做维修工，平时工作忙碌的他，时常会在冰箱中冷藏一些食物，中午拿出来热一热，一顿饭就解决了。这天，小刘发现几天前冷藏的两个白煮蛋忘记吃了，他当时也没多想，直接剥掉蛋壳，狼吞虎咽吃了下去。

没想到两三个小时后，他就感觉不太对劲，肚子狂泻不止，还开始发高烧，并出现头痛、恶心的状况，一下午跑了十多趟厕所。到当地医院就诊，医生给他开了点

止泻药，症状并没有出现好转。最后实在撑不住了，家人把他送到浙医一院急诊科就诊。

接诊的感染科医生仔细询问了他的病史和治疗情况后，对小刘的粪便进行了细菌涂片检查。结果显示含有革兰氏阳性杆菌。医生分析小刘可能是吃了冷藏时间过久的白煮蛋引发的肠道细菌感染，结合临床症状，认为肉毒杆菌感染可能性大。

冰箱里潜伏“隐形杀手”

通常冰箱保存食物的冷藏温度为4℃—8℃，在这种环境下，绝大多数细菌生长速度会放慢，但部分细菌如肉毒杆菌，致结肠炎的耶尔森菌、李斯特氏菌等，还能迅速繁殖。

肉毒杆菌是一种毒性很强的细菌，在缺氧的状态也能生存，像密封的罐头和腌渍的食物中都会有这种细菌。例如肉类、鱼类等蛋白质含量丰富的熟食，在没有密封的情况下放进冰箱，就容易产生肉毒杆菌并呈几何倍数增长，放置时间越长，细菌数量越多。

肉毒杆菌致病的主要成分是肉毒毒素，人体在肉毒毒素中毒后会产生以下几种症状：

神经系统症状：开始时出现头晕、头痛、视物模糊，复视，全身无力，尤以颈部无力显著，继之有四肢麻木、舌硬、吞咽困

难、呛咳，进而发生各种肌群麻痹。

消化系统症状：患者会有恶心呕吐、腹泻的症状，但也有部分患者会表现为便秘以及腹胀。

其它症状：患者可出现发热症状，但有些也不发热或表现为低热，脉搏先慢后快，唾液腺、汗腺分泌先多后少，重症可发生心力衰竭。因此在发生上述症状时要及时就医。

医生建议，避免肉毒杆菌中毒，要吃新鲜熟食，尤其是肉制品，食用之前要彻底加热。肉毒杆菌不耐热，75℃—85℃加热10分钟，或100℃加热1分钟就可被灭活。

需要提醒的是，罐头食品的两端如果有膨胀现象或内容物色香味改变的，应禁止食用，即使煮沸也不宜食用。谷类及豆类也有被肉毒杆菌污染的可能，因此禁止食用变质的食物。



冰箱不是“保险箱”

冰箱并不是“保险箱”，如果超过一定的时间，冰箱内保存的食物就会失去原有的鲜美味道和营养成分，还可能孳生细菌。因此专家建议，夏天冷藏和冷冻食物要注意以下事项：

生熟食物不能放一起。生食、熟食及其存放时间和温度都有不同的要求，生食中普遍存在各种寄生虫以及细菌，和熟食放在一起会污染熟食。

肉类食物处理后再放入冰箱。在购买鱼类、肉类等食物时，最好先

进行相应的处理，用塑料袋封装，再放入冷冻室贮藏。而蔬菜、水果则要把外表的水分擦干，再放入冰箱最下面，以零上温度贮藏为宜。

熟食的冷藏时间不宜过久。鸡蛋冷藏周期是一个礼拜左右；牛奶在5天左右；酸奶建议最长10天；鱼肉只能冷藏1—2天，鸡肉一般是3天。超过冷藏时间的食品，不建议再食用。此外，冰箱冷藏过的肉类食物建议彻底加热后再食用。 王蕊 胡泉峰

正规保鲜膜可放心使用，但——

PVC保鲜膜使用要避开油和酒

保鲜、防止水分流失、防串味儿……保鲜膜实属居家必备产品。夏天来了，保鲜膜的使用率大大增加。近日，有传言表示经常使用保鲜膜会致癌，这则传言是真的吗？

对此，有关专家表示，只要符合相关国家标准的产品，就不会对健康造成危害，更不会致癌。

PVC保鲜膜安全问题主要聚焦两方面

目前，市场上销售的食品保鲜膜主要有三大类。第一类是聚乙烯(PE或LDPE)材质，主要用于水果、蔬菜、猪肉等生鲜食品的包装；第二类是聚偏二氯乙烯(PVDC)材质，主要用于肉类熟食

的包装；第三类是聚氯乙烯(PVC)材质，可用于食品包装。

公开资料显示，材质为聚乙烯和聚偏二氯乙烯的食品保鲜膜是无风险的，可以安全使用。对于材质为聚氯乙烯的食品保鲜膜，网上有说法称，其含有的塑化剂会致癌。这样的说法是真的吗？

“聚氯乙烯是以氯乙烯单体聚合而成的高分子材料。大家担心的PVC的安全问题主要涉及两方面，即氯乙烯单体和塑化剂是否有害。”科信食品与营养信息交流中心科学技术部主任、中国互联网联合辟谣平台专家委员会委员阮光锋说。

阮光锋表示，聚氯乙烯是国际癌症研究中心评定的3级致癌物，基本不用担心。3级致癌物为动物和人群研究的致癌证据都不充分，或动物实验证据充分，但人群研究则明确无致癌作用。而氯乙烯单体则是1级致癌物，是证据比较充分的人类致癌物。

我国标准食品包装用聚乙烯树脂卫生标准(GB9681—1988)规定，食品包装用聚氯乙烯成型品种氯乙烯单体的含量不得超过1毫克/公斤。另外，《食品法典》也制定了氯乙烯单体在食物中的指引限值不得超过0.01毫克/公斤。

“通过这些严格的规定，我们可以将

食品安全风险降到尽可能低。因此，如果购买PVC塑料，尽量从正规渠道购买。”阮光锋说，PVC在受热时并不会产生氯乙烯单体，而是产生氯化氢气体，并导致塑料的变形和变色。产生的氯化氢基本会挥发或者溶解到液体中，非常微量，安全性也可以放心。

塑化剂又称为增塑剂，在聚氯乙烯塑料中有广泛的应用。塑化剂中应用较多的是邻苯二甲酸酯类物质，这类物质有上百种化合物。国家标准规定，邻苯二甲酸二(2-乙基己基)酯(DEHP)从包装材料进入到食品中的量不能超过1.5毫克/公斤。

“塑化剂的安全性还是取决于吃了多少，以及吃了多久。只要符合国标食品包装材料标准就不会对健康造成危害，而那些违法违规产品则可能存在滥用或迁移量超标的问题。”阮光锋说。

溶解于油脂、酒精中会有一定风险

在生活中选购保鲜膜产品时，专家强调，首先要购买正规卖场出售的正规厂家的食品保鲜膜，尽量购买聚乙烯、聚偏二氯乙烯材质的食品保鲜膜，并且看清各种组成成分。

“那些违法违规产品，可能存在滥用

或迁移量超标的问题。因此要尽量购买正规卖场出售的、正规厂家生产的食品保鲜膜。”阮光锋提醒，“同时，要避免和油脂、酒精类食物同时使用。虽然PVC材质的食品保鲜膜在正常情况下使用无风险，但其不能用于油脂、酒精类食物，因为塑化剂溶解于脂肪、酒精中，会有一定风险。另外，塑料制品尽量不要用来盛放、储存油脂含量高的食品。”

除此以外，要避免高温加热。“不管是食品保鲜塑料盒，还是保鲜膜，都不提倡和食物一起高温加热，除非保鲜膜特别标明‘可用于微波炉’，或标明了可耐受的温度。”阮光锋说。

专家提醒，各种保鲜膜所标注的最高耐热温度不同，有的相差10℃左右，微波炉内的温度较高时会达到110℃左右，消费者必须严格按照保鲜膜包装上标注的温度加热或者选择耐热更好的保鲜膜。

阮光锋强调，塑料制品在某种程度上方便了我们的生活，每一种塑料性质和使用条件都是有差异的，合理使用才能更好地保障安全。塑料制品一般都不是非常耐高温，温度较高时可能析出有害物质，因此平时使用时尽量避免长时间高温加热。 马爱平

